

**El emocionante drama de dos personas que se involucran en terapia, un terapeuta
neófito y una joven de 21 años en búsqueda de su libertad**

Carmen Julia Machado Camargo

Directores:

PhD. Alberto De Castro.

Mg. Guillermo García.

Universidad del Norte.

División de Humanidades y Ciencias Sociales.

Maestría en Psicología Profundización Clínica.

Febrero 2017.

Barranquilla, Colombia.

Tabla de contenido

1. Información General Del Proyecto
 - Título
 - Investigador y Director
2. Introducción
3. Justificación
4. Área problemática
5. Preguntas guías u objetivos
6. Historia clínica del paciente.
 - Identificación del paciente
 - Motivo de consulta
 - Descripción sintomática
 - Historia personal
 - Historia familiar
 - Genograma
 - Proceso de evaluación
 - Conceptualización diagnóstica (conceptualización y categorización diagnóstica).
7. Descripción detallada de las sesiones (5).
8. Marco conceptual de referencia.
 - a. La relación terapéutica desde la Psicoterapia Existencial.
 - b. Vinculo
 - c. Saberes del terapeuta.
 - d. Aquí y ahora
 - e. Interpretaciones existenciales
 - f. Presencia
 - g. Proceso Vs contenido
9. Análisis del caso (descripción e interpretación)
10. Conclusiones y discusión
11. Anexos:
 - Pruebas realizadas
 - Carta de consentimiento del sujeto participante en la investigación.

INTRODUCCIÓN

El presente estudio psicológico se fundamentó en el enfoque Fenomenológico existencial, quien propone que en Psicología debemos preocuparnos por comprender el sentido de la experiencia del ser humano, como vivencia, y como experimenta su existir. Al buscar una explicación del comportamiento de alguien, sin haber comprendido antes la experiencia de dicha persona, nos lleva siempre a una imagen inadecuada y desdibujada de dicho ser humano. No captamos la individualidad de cada persona, llegamos a presunciones y no vemos al ser por sí mismo, de tal forma lo que estaremos haciendo es ajustar a ese ser humano a nuestra propia imagen del mundo, en la cual consideramos esta toda explicación.

En este sentido, la perspectiva fenomenológica existencial concibe y pretende aproximarse al ser humano en su totalidad, ofreciendo un marco referencial que permita la comprensión del hombre actual, su metodología y forma de aproximarse al ser humano y su experiencia en la visión que este tiene del ser humano, toda técnica psicológica y toda metodología investigativa debe basarse, desarrollarse y tener sentido a partir de la comprensión de la experiencia concreta de cada ser humano. De Castro Correa y García Chacón, (2013)

Corey, G. (1996, p.172) dice que la Psicología según el Enfoque Humanista Existencial debe tener en cuenta para comprender a un ser humano las siguientes dimensiones básicas de la condición humana: “(1) la capacidad de autoconocimiento, (2) libertad y responsabilidad, (3) crear la propia identidad y establecer relaciones plenas de sentido con los otros, (4) búsqueda de un significado, propósito, valores y metas, (5) la ansiedad como una condición de vida, y (6) conocimiento de la muerte y del no ser”.

La finalidad de la terapia no debe consistir en resolver un problema concreto, en buscar una solución a las problemáticas, sino en ayudar al individuo a crecer, a desarrollarse plena y satisfactoriamente en sus potencialidades y buscando llevar a la persona a ser lo que realmente es, para que pueda enfrentarse con el problema actual y con los que surjan en el futuro, cuestionándose ¿Quién soy yo realmente? Y como puedo asumir las dificultades que encontrare en la vida. Lo que sucede en el clima de libertad y comprensión que crea la relación terapéutica, es que el individuo de manera progresiva y dolorosa explora lo que se oculta tras las máscaras que presenta al mundo y comienza a abandonar los roles con que ha encarado la vida hasta ese momento. “De esta manera llega a ser él mismo, no una falsa fachada conformista con los demás, sino un proceso vivo que respira, siente y fluctúa; en resumen, llega a *ser una persona*, diferente y única” (Rogers, 1961).

El estudio de caso que tiene lugar se realiza el análisis del trabajo terapéutico, en torno a la dinámica de la relación entablada por un neófito terapeuta y una joven mujer de veintiún (21) años, en sus cinco (5) primeros encuentros, de tal forma que se busca dialogar con las teorías de algunos reconocidos autores existenciales, a la luz de sus interpretaciones. Asimilando estas posturas, el presente estudio, pretende ahondar, en las vivencias de mi compañera de viaje, en búsqueda de su libertad y encuentro consigo mismo. Con el objetivo de orientar (mental y emocionalmente) para poder enfrentar experiencias libres, a tomar decisiones auténticas y a producir una forma de lidiar con la vida y el mundo de una forma realmente responsable.

JUSTIFICACIÓN

De vez en cuando tengo una curiosa fantasía. Se trata de algo más o menos así.

Un psicólogo – uno cualquiera, o todos nosotros- llega a las puertas del cielo al final de una vida larga y fructífera. Es conducido ante San Pedro, tranquilamente sentado ante su escritorio, semeja en su aspecto al Moisés de Miguel Ángel. Un asistente angélico vestido de chaqueta blanca, deja caer sobre el escritorio un sobre de madera que San Pedro abre y examina frunciendo el entrecejo. A pesar del terrible semblante del Juez, el psicólogo aprieta su portafolio y avanza con encomiable coraje.

Pero el entrecejo de San Pedro se frunce aún más. Tamborilea los dedos sobre el escritorio y gruñe unos “ejem, ejem” nada aclaratorios mientras clava en el candidato sus ojos mosaicos.

El silencio es desconcertante. Finalmente el psicólogo abre su portafolio y exclama: “¡ Aquí están! Las reimpresiones de mis ciento treinta y dos trabajos”.

San Pedro sacude lentamente la cabeza.

Hurgando en las profundidades del portafolio el psicólogo ofrece. “Permítame presentarle las medallas que recibí por mi hazaña científica”.

El ceño de San Pedro no disminuye mientras continua en silencio, con la vista clavada en el rostro del psicólogo.

Por fin. San Pedro habla: Me doy cuenta, buen hombre, de lo trabajador que fue. No se lo acusa de pereza: “Tampoco de conducta anticientífica”. Calla de nuevo y su expresión se vuelve aún más sombría. El psicólogo comprende que mucho antes de que la confesión pasara a realizarse en el diván del psicoanalista era sumamente estimada en esas mismas partes.

“Bueno, es cierto”, admite con una exquisita muestra de sinceridad, “deforme un poco los datos en mi trabajo de tesis”

Pero San Pedro no se aplaca. “No”, dice, sacando el formulario 1 – A del ex pendiente, “no es inmoralidad lo que aparece en este documento. Usted es tan ético como cualquier otro. Tampoco lo estoy acusando de ser conductista o místico o funcionalista o existencialista o gregoriano. Esos son solo pecados veniales”

Después de dar un resonante golpe sobre el escritorio con la palma de la mano; San Pedro exclama en un tono similar al de Moisés dando las nuevas de los diez mandamientos:

“ Se lo acusa de *nimis simplificando!*”

“Se ha pasado la vida convirtiendo las montañas en montículos: de eso es culpable. Cuando en el hombre había un sentimiento trágico usted lo convirtió en trivial. Cuando había en el picardía, usted lo llamaba fruslería. Cuando sufría pasivamente, lo describía como bobo; y cuando el juntaba el coraje necesario para actuar, usted denominaba al hecho estímulo y respuesta. El hombre experimenta pasión, y usted, cuando dictaba pomposamente su clase, la llamaba “satisfacción de las necesidades básicas”, y cuando estaba tranquilo y contemplaba a su secretaria la llamaba “liberación de tensiones”. Usted hizo al hombre a imagen y semejanza de sus ideas sexuales o de las máximas de su infancia de la escuela dominica: amabas igualmente horrendas.”

En suma lo enviamos a la tierra para que estuviera 72 años en un circo dantesco y usted se la paso día y noche en espectáculos secundarios! *¡nimis Simplificado!*” Como se declara Culpable o inocente?”¹ (Rollo, May: El dilema del hombre, p.17, p18)

Al igual que la historia relatada, también me atormenta en alguna forma este tipo de idea, en la cual considero podría llegar a ser juzgada por todo aquello que hice o deje de hacer en mi trabajo como psicóloga; me pregunto si no logro darme o donarme por completo a cada quien, sino logro acércame y conocer al otro tal cual es, si no logro ver a al hombre, tal vez

¹ Rollo, May, El dilema del hombre p. 17, p.18

sea acusada de simplificarlo demasiado, de ajustarlo a mis ideas y encasillándolo en teorías, diagnósticos y prejuicios, será que he llegado a simplificar a las personas que acuden a mí a tal punto que no sean más que una teoría, un rasgo o una simple especulación en torno a su ser, sin preocuparme por comprender su experiencia en este mundo como ser humano.

Que no se me acuse de no tener buena intención, de no querer dar todo de mí, por servir al otro, de querer relacionarme con él de forma tal, que pueda llegar a captar como percibe su existencia, que no se me acuse de no tener todo el interés y compasión por mis pacientes, que no se me acuse de no permitirme transformarme a través de ellos.

Como dijo: -Lev S. Vygotsky, psicólogo ruso de origen Judío: “*A través de otros nos convertimos en nosotros mismos*”.

El ser humano es complejo, es sujeto y objeto al mismo tiempo. Dice Rollo May (2000) No se puede ser solamente objeto a merced de impulsos, ni solamente sujeto, sin conexión con la realidad y entregado a puras fantasías. La conciencia oscila entre ser sujeto y ser objeto. Mi libertad radica en experimentar ambos polos, no en ser puro sujeto.

Somos seres plenos complejos provistos de maravillas, pero con baja capacidad de aceptarnos a nosotros mismos, por la simple virtud de nuestra propia existencia, como personas valiosas que ocupamos un espacio en el universo, como llegar a comprender y aceptar los que somos? Nuestra individualidad, soportar nuestras angustias y sin sabores de la vida, comprender que no somos nuestros problemas, tomando conciencia de nuestro ser sujeto y nuestro ser objeto, allí radica la Libertad en experimentar ambos.

Rollo May (2000) cuenta una fantasía donde San Pedro recibe en el cielo a un psicólogo acusándolo de simplificar demasiado al hombre, (*nimis simplificando*) encasillándolo en teorías y prejuicios. Menciona que el hombre es algo más que estímulos y respuestas, o descarga de tensiones. El dilema del hombre es el que se origina en la capacidad de éste para

sentirse sujeto y objeto al mismo tiempo. Ambos son necesarios para una vida gratificante y para la psicoterapia. No se puede ser solamente objeto a merced de impulsos, ni solamente sujeto, sin conexión con la realidad y entregado a puras fantasías. La conciencia oscila entre ser sujeto y ser objeto, mi libertad radica en experimentar ambos polos, no en ser puro sujeto.

El contar con la capacidad de darnos cuenta, de estar conectados con la realidad y de vivenciar las fantasías como fantasías, percibiendo nuestras propias acciones, lo que sentimos y como reaccionamos, entender que somos nosotros mismos quienes, lo permitimos a partir de aquello que no es nada más que nuestras creencias y pensamientos. Nosotros somos los artífices de nuestro propio destino, si le permitimos a la vida que nos lleve esta nos llevara, tal vez sin rumbo fijo.

ÁREA PROBLEMÁTICA

La palabra vínculo proviene del latín “Vinculare” que significa hacer, depender una cosa o persona de la otra, si el vínculo es lo que da sentido a la relación terapéutica como lograrlo? Es algo invisible que terapeutas expertos logran con mucha facilidad, las largas horas de vuelo entre sesiones y sesiones les da la pericia suficiente para vincularse con facilidad con cada ser que se aproxima, pero para aquellos neófitos terapeutas como pueden lograrlo? Si a la par se carece de la genuina e innata empatía. Depende acaso de su forma de ser? de su carácter tal vez ? De alguna técnica en particular? Estos y muchos otros interrogantes surgen en torno a la relación terapéutica y la efectividad en ella.

De Castro Correa y García Chacón (2011), exponen a diferentes autores existenciales quienes plantean que la psicoterapia debe ser un encuentro genuino entre dos individuos. Los dos deben participar activamente del proceso en el que se encuentran, disponerse y mostrarse

reales, sin máscaras, de tal forma que se logre captar, la vivencia y el sentido de la existencia del paciente. El lugar donde estará mejor la persona es donde esta quiera estar, así las cosas se consolidan en un encuentro genuino y este será vinculante.

OBJETIVOS

1. Identificar si la psicoterapeuta aplicó los saberes (escuchar, acoger, empatizar) en sus sesiones.
2. Establecer si el terapeuta logra hacer vínculo con el paciente.
3. Establecer si la terapeuta llevó al paciente al aquí y ahora.
4. Identificar si el terapeuta llevó al paciente del contenido al proceso.
5. Reconocer si el terapeuta describe o interpreta la vivencia del paciente.
6. Identificar si hubo o no presencia y qué tipo.
7. Establecer la intencionalidad del terapeuta en las sesiones.

HISTORIA CLÍNICA DEL PACIENTE

Datos Generales:

Nombre: P.B

Edad: 21 años

Dirección de Residencia: XXXX

Teléfonos: XXXX Residencia Celular XXXXX

Estado Civil: soltera

E- mail: XXXXX

Datos Académicos.

Nombre de la Institución: XXXXX

Estudio Actual: Arquitectura

Año curso o semestre en el que se encuentra: 6to semestre

Motivo de consulta.

Manifiesta que asiste a consulta en primer lugar porque tiene problemas familiares, ella les ha dicho mentiras constantemente y ha ocultado sus relaciones de noviazgo, considera que su principal problema es su baja autoestima y no tener confianza con la familia, quienes piensan la pueden ayudar en un caso extremo.

Descripción sintomática.

Refiere que tiene problemas de autoestima, que le han ocasionado dificultades a nivel social y familiar. Manifiesta que sus padres se enteraron de una relación amorosa que tenía con un muchacho, que al parecer consumía drogas, ella tenía esta relación a escondidas de sus padres pues sabe ellos no la aprobarían, pues consideran que ella corre peligro al vivir sola en Barranquilla, ya que ellos se encuentran en Sincelejo, sus padres se han enterado de esta

situación y otras serie de mentiras, que le han causado muchos problemas familiares, acude a la terapia pues sus familiares están muy preocupados por ella y la presionan para que se responsabilice.

Historia Personal.

Tuvo una infancia donde vivió muy cohibida, tímida, no se considera bonita, tenía miedo a expresar a alguna persona sus ideas pues pensaba estaba equivocada, esto es algo que todavía persiste en ella nunca se siente segura, se considera una persona muy sensible, e ingenua, evita tener conflictos, su manera de ser es calmada, cuando conoce nuevas personas se demora en integrarse, con el tiempo se da cuenta que lo logra. Considera que sus problemas se afianzaron desde la adolescencia y se han profundizado en la vida como universitaria, esta situación ha repercutido notoriamente en su vida social, en especial en su núcleo familiar.

Tuvo su primer noviazgo a los diez y seis (16) años, esta relación duro cuatro (4) años, siempre fue a escondidas de sus padres, cuando estos se enteraron de ella; le pidieron que terminara pues consideraban que el joven no tenía la estabilidad que requería su hija.

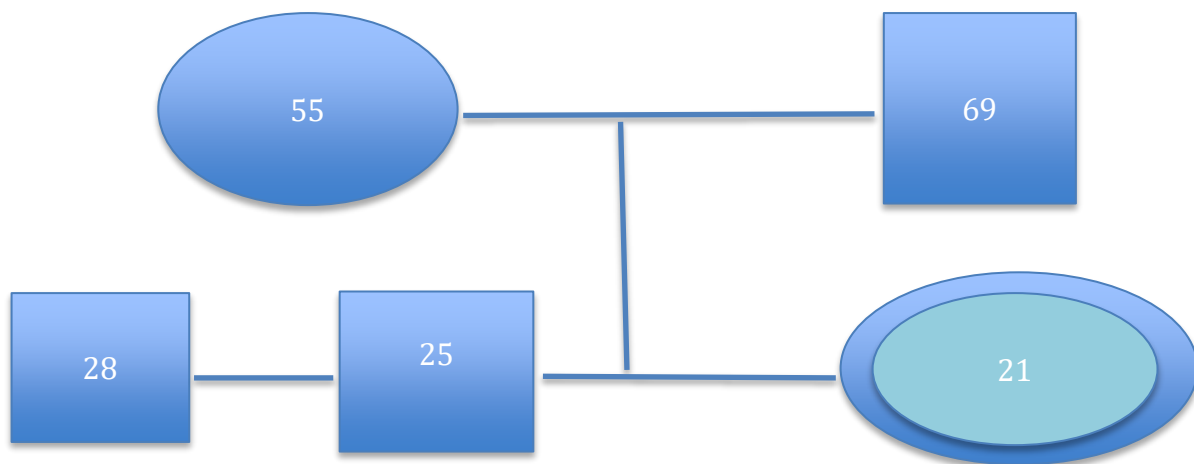
Su segunda relación no fue muy larga, ya que este se convirtió en un enorme problema familiar, ellos considera que esta persona era drogadicta y la podía explotar, no les agradaba, con el tiempo ella se percató que en realidad si era cierto lo que decían sus padres, afianzando aún más sus miedos e inseguridades.

Historia Familiar.

El núcleo familiar está conformado por padre, madre y dos hermanos siendo ella la menor de los hermanos, sus padre es ganadero, el proveedor del hogar es descrito como un hombre de carácter fuerte y autoritario, conservador, la comunicación con él es difícil, y existe un miedo reverencial hacia él, dadas las dificultades que han tenido, esto ha abierto la puerta para que se comuniquen un poco más y sean más abiertos, sin embargo él tiene su punto de vista y eso no cambia, su madre es ama de casa, es la encargada del cuidado del hogar, es una

mujer conciliadora, que la ha apoyado siempre, con ella logra comunicarse un poco más que con su padre, sin embargo no ha logrado ser totalmente abierta con ella, sus hermanos han sido sus protectores, la consideran su hermanita menor, el trato hacia ella es el de una niña y ella los trata con reverencia, por ende la cuidan al punto de generarle sentimientos de minusvalía. Todas sus necesidades básicas han sido satisfechas, nunca le ha faltado nada en su hogar, la única responsabilidad adquirida ha estado en torno a lo académico, ha tenido dos relaciones afectivas significativas, las cuales ha manejado de forma oculta para sus familiares en especial sus padres, ellos no aprueban estas relaciones pues suele ser explotada al relacionarse con personas inadecuadas, es lo que considera.

Genograma



Proceso de evaluación.

El proceso terapéutico fue llevado a cabo mediante entrevistas clínicas individuales cimentadas en el marco de la Psicoterapia con enfoque Humanista Existencial. Se aplicó test Propósito Vital (PIL)

Conceptualización diagnóstica.

No presenta los criterios para el diagnóstico de un trastorno clínico formal. Existen criterios para inferir, una baja autoestima (Debilidad del Yo) Lo cual la lleva a no tener relación con sus sentimientos y confunde lo que en realidad desea, ya sea temporal o permanentemente. Su falta de constancia, falta de realismo, melancolía e inestabilidad emocional, lleva a las personas a su alrededor a la decepción por la falta de seriedad y caprichos. Con frecuencia la respuesta más sana es evitar confiar en ella. Pues suele utilizar sus habilidades sociales de manera estratégica y con propósitos utilitarios, es manipuladora, su incapacidad radica en no hacerse cargo de sí misma y esperar que otras lo hagan por ella. Así las cosas podemos identificar un tipo de personalidad Inmadura, en su libro ¿Quién eres? Rojas, E (2001) identifica las características de la personalidad inmadura como:

- Desfase entre la edad cronológica y la edad mental.
- Desconocimiento de sí misma
- Inestabilidad emocional
- No saber darle a las cosas que le suceden la importancia que realmente tienen.
- Poca o nula responsabilidad.
- Mala o nula percepción de la realidad
- Ausencia de un proyecto de vida claro (amor, trabajo, cultura, y amistad)
- Falta de madurez afectiva
- Falta de madurez de la inteligencia, utilizando implícitamente la suspicacia.
- Escasa o nula educación de la voluntad.

- Poco o nulo orden y constancia
- Escasa o nula motivación (para las cosas de la vida ordinaria y proyecto de vida)
- Criterios morales y éticos inestables.
- Incapacidad para superar las heridas del pasado.

A través de otros nos convertimos en nosotros mismos.

-Lev S. Vygotsky

DESCRIPCION DETALLADA DE LAS SESIONES

Hago el recuento de algunos apartes de las sesiones que a mi modo de ver son los más relevantes para introducirnos en el proceso experiencial de Paloma.

Me introduzco en su vida

La primera vez que nos vimos con Paloma era un día entre semana, fue mi primera cita de la tarde, cuando fue anunciada esta persona que no conocía más que su nombre y edad una joven de veintiún (21) años, con problemas familiares. Puedes pensar muchas cosas con esa referencia pero realmente no pensé nada, quise poner mi mente en blanco y estar dispuesta solo para ella, solo quería conocerla y conocer cuáles eran sus problemas y como yo podría ayudar.

Golpean la puerta y abro – Veo a un pequeña mujer de no más de 1.50cm de estatura, delgada, rubia, de cabello largo, con algo de acné en su rostro y un aire escolar, viene vestida con una camiseta de marca y un jean, aun cuando viste descomplicada, se nota que es una persona de un nivel socioeconómico alto.

Terapeuta: Hola, sigue toma asiento por favor. *“Paloma Ingresa despacio se sienta en un rincón del sofá de dos puestos del consultorio, se hace casi en la orilla de este. Pasan entonces algunos instantes, en los que espero se acomode bien”.*

Terapeuta: Puedes ponerte cómoda estas bien allí? _ *“Paloma se acoda suavemente al espaldar del asiento en silencio, como si esperara que la autorizara para tomar posesión de este lugar”.*

Terapeuta: Mucho gusto mi nombre es Carmen, soy psicóloga, estudiante de la maestría en psicología clínica.... _ *“habrían pasado alrededor de no más de cinco (5) minutos cuando, en ese momento realizaba el encuadre, golpean en el consultorio, me disculpo con*

ella, me pregunto quién podrá interrumpirnos en estos momentos, así que pienso debe ser algo importante para que eso suceda, y me dirijo a abrir la puerta, veo allí un hombre joven, alto simpático de apariencia segura, imponente, muy acelerado un tanto molesto”.

Hermano de Paloma: Disculpe Dra. Soy el hermano de Paloma, es que nosotros tenemos un problema familiar y me gustaría hablar con usted.

Terapeuta: Mucho gusto, disculpa pensé era una consulta individual, le pregunto a Paloma, ustedes vienen juntos a terapia familiar?.

Hermano de Paloma: Ella es quien va asistir a terapia, pero en este momento estamos pasando un drama familiar muy fuerte, por las mentiras de Paloma, mis padres no pudieron venir, ellos querían estar aquí, por eso estoy yo, ella no le va a decir las cosas como son. Es una persona insegura, que no confía en su familia, nosotros le hemos dado todo el apoyo, mis padres sobre todas sus necesidades, ella vive en un apartamento aquí en Barranquilla, tiene su carro no le falta nada, pero ella se la pasa diciéndoles mentiras, para andar con el novio, que es un tipo drogadicto que la explota. – *Mientras tanto Paloma asienta con la cabeza cada palabra que dice su hermano, con rostro avergonzado.*

Terapeuta: Bueno eso solo dependerá de ella, disculpa que edad tiene tu hermana? el joven responde veintiún (21) años, ha entonces es mayor de edad, *“en la mirada del joven se ve la sorpresa y reconocimiento de si ella es mayor de edad”* Porque no le das la oportunidad que ella realice su proceso y trabajemos juntas, confía en que así será.

Hermano de Paloma: Si Dra. Tiene usted razón le agradezco mucho.....

“Después de todo ese preámbulo y el de haber escuchado por unos minutos a su hermano, quien de forma invasiva, llegó al consultorio, y como una metralleta bota todo lo que tenía en contra de Paloma y su supuesto mal comportamiento, comenzamos nuestra primera sesión, yo quede un tanto confundida quería aclarar qué tipo de terapia era la que querían realizar si era un tema familiar y su padres también querían estar allí incluyendo su

hermano? Acaso lo que ellos buscaban era algún tipo de intervención o Paloma quería realizar un proceso psicoterapéutico individual, obviamente los familiares de Paloma estaba interesados en que ella asistirá y llevarla allí a solucionar la problemática que estaba teniendo en el seno de su hogar”.

Terapeuta: Bueno Paloma, te sientes bien quieres continuar?

Paloma: Si._ *Responde en un tono sereno pero avergonzado* Sí.

Terapeuta: Como te sentiste con lo que dijo tu hermano pregunte _ *Quería saber su sentir, porque había permitido que su hermano unos años un poco mayor que ella la invadiera de esa manera, porque ella le respondía con tanta reverencia.*

P: Él tiene razón, así son las cosas, yo soy una persona muy insegura.

T: Cuéntame porque estás aquí, viniste por voluntad propia?

P: Si Dra., yo vine voluntariamente, mi familia quiere que yo venga al psicólogo, *“responde con voz entrecortada”*, he tenido muchos problemas en mi casa, yo tenía una relación de noviazgo y mis padres se enteraron, e hicieron que esta relación terminara.

T: Como te sientes con eso? Veo que esto te causa mucho dolor!

P: Si yo, lo quiero mucho, llevábamos cuatro (4) años, mis padres piensan que él no me puede brindar lo que yo merezco *“Hasta aquí, Paloma me hablaba de alguien con quien tuvo que romper, al parecer por causa de sus padres, había conocido a su hermano quien trajo a la cita y la expuso ante mí como una niña desobediente la cual merece ser recriminada”*

T: Que les haría pensar a ellos eso?

P: Él es un muchacho.... Que no es de una clase social alta, mis padres piensan que yo debo seguir mis estudios y tener mejores oportunidades.

T: Eso es lo que piensan tus padres y que piensas tú de esto?

P: “*Responde con voz solloza*”. Yo a él lo quiero, lo que pasa es que un día me dijo algo en el apartamento y mi prima escucho, se los comento a mis padres, pues ella considera él me estaba maltratando, nosotros vivimos en un apartamento que mis padres me colocaron para estudiar aquí en Barranquilla, él va allí obviamente a escondidas pues mis padres no saben de nuestra relación, pero mi prima les conto que él me trataba mal, ellos lo conocen pues él también es de Sincelejo y se molestaron muchísimo, se formó un problema terrible y me pidieron terminar la relación o me devolverían para Sincelejo.

T: Él te maltrata?

P: No, no lo hace, solo que ellos piensan que si por la forma en que me habla y creen yo le doy dinero, me dicen él tiene mala imagen en Sincelejo.

T: Has hablado con tus padres sobre esto?

P: Imposible, yo no puedo ir a decirle a mis papás que tengo novio, se molestaría muchísimo ellos me enviaron a la Universidad a estudiar no a tener novio, mi mamá, mi abuela y mis hermanos se enteraron y están muy molestos.

T: Al parecer no confían en ti, tu hermano me mostro no confiar mucho en ti.

P: Si, no confían en mí, pues yo conocí hace unos meses otro muchacho y ellos se enteraron de esta nueva relación. “*Oh las cosas se tornan un poco raras, pensé no es solo el novio con el cual llevaba cuatro (4) años, existe otra persona*”

T: Y qué pasa con esta nueva persona.

P: Pues allí viene otro problema, y es que el me golpeo o bueno eso es lo que piensan mis padres, realmente no fue eso solo me empujo y se los contaron a mis padres, que el usa mi carro y que es drogadicto, bueno muchas cosas.

T: Si no se lo hubieran contado a tus padres tú no habrías terminado esa relación

P. No, fue solo un incidente.

T: Vaya Paloma me gustaría tener un poco de claridad en torno a tu relaciones pues me dijiste que tu primer novio había sido el punto de conflicto, pero ahora veo hubo otra

relación con que tuviste otro incidente. _ *“Se da un silencio expectante, miro el reloj y me doy cuenta que el tiempo se nos acabó, habíamos llegado a un punto en el que era necesario que Paloma se abriera, pero el tiempo nos castiga”*.

T: El tiempo se nos acabó por ahora pero me gustaría saber si quieres seguir hablando de ello en la próxima sesión.

P: Si Dra. Aquí estaré.

La tristeza la sacude

Segunda sesión.

Paloma llega a la cita puntalmente, parece un tanto deprimida, se ve triste, callada sigue y toma su lugar el mismo del primer día, el rincón del sofá.

Terapeuta: Hola Paloma sigue como has estado.

P: *“Responde con un voz suave”*, Mi familia ahora está muy desconfiados, me dicen como... de la universidad a la casa, yo entiendo... Y pues mi papá se enteró y está en un tónica que no quiere que este sola, dice que alguien debe estar halla con ella, pues mi anterior novio, podría venir a buscarme al apartamento y por eso debe haber alguien para protegerme. El pensamiento de mi padre es que me van hacer daño, en verdad él está muy desconfiado.

Me siento que no sé... Qué me controla mucho! Pienso que es normal y que con el tiempo va a pasar. Lo que me preocupa es que mi padre me prive de la libertad y no me deje salir con mis amigos. _ *“Paloma me hace recordar a alguien muy cercano, una joven mujer que en su adolescencia fue una persona muy juiciosa, pensábamos ella no era igual que los jóvenes de hoy en día, rebeldes y voluntariosos, pensábamos era una persona madura para su edad, tal vez por el contexto en que había vivido, pero cuando tuvo un espacio para salir de*

aquella caja de cristal que le habíamos creado todo cambio, vio un mundo diferente, el cual quería vivir, experimentar, sin tener en cuenta las consecuencias de sus actos”.

T: Que podrías hacer tu para cambiar eso, le pregunto, _ *“quiero llevarla a ver que en alguna medida que ella es responsable de la desconfianza de su familia y como podría llegar a esa libertad que anhela”*

P: Con el tiempo ganare la confianza pienso que si yo les demuestro, que eso no fue nada y que voy a cambiar.

T: Que es lo que no fue nada, Paloma?

P: Pues, no se... es que primero debo comentarles desde un principio y saber elegir la persona, que sea trabajadora, emprendedora. Pues mi papá es quien dice que no quería que yo tuviera novio, él tiene un tipo de pensamiento de que... El antes me decía “tú no puedes tener novio”, el piensa que si tienes muchos novios en una misma ciudad, nunca te vas casar, mi mamá dice, “ella si puede tener novio”, solo nos lo debe presentar, ella es más abierta. Pues yo lo que pienso en darles... Es como elegir mejor a la persona y comentárselo a ellos, pues mi mamá si es más abierta. *“Paloma no concluye sus ideas, se muestra insegura en cada palabra”*

T: Según lo que me dices tus padres si están abiertos a que tu tengas una relación, lo que esperan es que les cuentes y conocer a la persona, debes asumir que se propició una situación de desconfianza, has mantenido tus relaciones en secreto, por largo tiempo.

P: Pues ellos ahora mismo dicen que lo presente, pero antes decían que no, mi mamá y mis hermanos se dieron cuenta y pensaron era algo pasajero, pero mi papá sino debía saber nada, pues él es muy tradicional.

T: Y que pasa ahora con eso Paloma.

P: Silencio.... pues si no se... es como ganarse la confianza lleva tiempo, yo sé que aja... cometí el error de no contarles y pienso que con el tiempo mi papá, dejara ese

pensamiento de ser todo drástico y tradicional. Y ahora dice que si puedes tener novio, pero yo no sé si eso sea cierto.

T: Bueno eso todavía no ha pasado, tendrías que ver qué ocurre cuando le presentes a alguien y como lo encara.

P: Si es cierto. Silencio.....

T: No te siento muy confiada en querer abrirte con tus padres, parece saber lo que tienes que hacer pero no lo haces.

P: Antes mis padres me hablan y yo volvía y mentía, pero yo sé que si lo hago no me dan más oportunidades, ellos me dicen que no confió en mi familia y no los tengo en cuenta para nada. Lo pensaba en ese momento pero simplemente me dejaba llevar.

T: De que te dejabas llevar?

P: Pues cuando me llamaban y me decían vamos a vernos y yo pues quería hacerlo así que les mentía para verlo, y sabiendo yo que no debía, pues mis hermanos ya me habían dicho, que esa persona no me convenía que tenía problemas de droga, pero yo terminaba aceptando la invitación y saliendo.

T: Tú sabes si es real que esta persona tiene problemas de drogas

P: Si, yo no lo sabía al comienzo pero después si me entere *“Tan solo una semana antes me había dicho que no pensaba que fuera así... realmente me confunde”*

T: Y sabiendo esto porque decides seguir.

P: Pues ósea en ese momento... Ósea, es que como no lo conocía no sé, no lo pensé... Pensé en conocerlo y ya al comienzo... Y lo estaba conociendo, y pues son sabía... (Titubeo), *“Paloma se muestra confrontada, esta insegura en que decir esta al descubierto”*. La verdad es que no lo pensé, me deje llevar por la atracción. La verdad es esa.

T: Cuando una persona se involucra en una relación se puede estar dejado llevar por la atracción, la valía que le está dando en ese momento, pero realmente no la está conociendo a

la persona todavía, si lo observabas con el tiempo, te podías dar cuenta si te gusta realmente y te complementa. Tal vez en tu familia tradicional piensan, que si tienes novio es para casarte. Y tú te involucras con una persona que te encanta pero tiene un problema grave de adicción hasta dónde vas a coger riesgos. Que ganas con eso?

P: No sé, ósea, de pronto es por... (Titubeo) siempre digo, es porque a mi papá no lo va a entender y con mi mamá... Para ella puede no estará bien. Eso es lo que pienso.

T: Que no estará bien.

P: Ósea no sé, no sé, silencio... No dije nada en realidad de la relación, pues pensé va durar poco y ya, solo lo estaba conociendo, no era una relación para presentarlo.

T: con el querías vivir el momento es lo que entiendo y que paso con tu anterior relación, la que duro cuatro años y de dices que lo querías mucho.

P: Silencio... Llanto....

T: Veo que te duele mucho haber terminado esa relación.

P: Si es que ellos no lo iban a entender, yo le dije muchas mentiras a mi mamá, él una vez se quedó en mi casa, y pues lo que les conto mi prima, que él me había tratado mal, pero en realidad no, él nunca me trato mal, pero pues mi mamá ya no me creía. Ellos no sabían de esta relación y esto fue como un golpe. Mi mamá, ahora me dice que ella sospechaba, pero como era mi intimidad yo no se lo quería contar y ellos se enteraron él se quedaba conmigo en el apartamento y esto fue un gran problema.

T: A ok, entonces, la molestia radico cuando se dieron cuenta que tu tenías relaciones con tu novio.

P: Si exactamente.

T: Que tipo de orientación sexual habías recibido tú de tu familia

P: Pues, como mi mamá hemos hablado del tema, ella siempre me decía, fulanita quedo embarazada del tal y ella no se cuidaba, por eso uno debe cuidarse, tu sabes del condón

verdad! No era algo muy directo como si tengo relaciones, pero si es un más poco abierta conmigo en estos temas.

T: A entonces los prejuicios bien de otra parte, no de tus padres.

P: Silencio....

T: Paloma vamos a seguir hablando sobre esto y como poder afrontar estas situaciones te parece en la próxima sesión

P: Ok Dra., nos vemos entonces.

La mejor forma de no enfrentar es...

Tercera sesión.

En la tercera sesión Paloma llama, a la secretaria ya en el momento de la cita para informar no podía llegar por un compromiso académico, se le otorgo una nueva cita, para la próxima semana.

“Siento que Paloma, no se quiere hacerse cargo de sus responsabilidades, en las dos primeras sesiones vino acompañada de su familiar y ahora que debe seguir sola en su proceso busca una excusa, como muchas de las que me ha dado justificando sus relaciones y como las ha manejado”.

En la siguiente cita Paloma llega relajada un poco tarde, es otra totalmente, llega alegre se ve hermosa esta maquillada de tal forma que no se ve su acné, lleva tacones muy altos, se ve como una mujer, ya no como la niña de las dos primeras citas. Aun que había tenido un día pesado, con mucho trabajo, llegue a mi consulta puntual, pero realmente me siento cansada, al ver que Paloma llega tan radiante, me hace sentir que vamos a tener una buena sesión que ese cambio físico en ella, puede ser la luz de algún cambio interior.

Terapeuta: Hola Paloma sigue. Te ves muy bien! *“Paloma sonríte se ve segura, toma asiento y cruza las piernas”*.

T: Te veo radiante cuéntame cómo te ha ido.

P: Bien Dra., las cosas han estado más calmadas, ya es como más... pues si yo le digo a mi mamá que voy a salir y ya no me controla tanto como antes, he intentado no salir tanto para que ellos no se preocupen.

T: No les estas dando la preocupación de salir y no tienes novio o sales con alguien más?

P: No para nada. Mi papá es el que está un poco reacio y preguntón de donde voy y con quien voy.

T: Y tu como los has manejado.

P: Pues mi mamá es la mediadora, yo nunca hablo directamente con mi papá, él es muy terco, en todos los temas es muy difícil, es una vaina y él dice que las cosas no son así, si yo le refuto él se molesta y exagera todo. Yo no le llevo la contraria y las cosas termino uno haciéndolas por debajo de cuerda porque él es muy exagerado.

T: Tu papá tiene casi setenta (70) años y es un hombre muy tradicional según lo que me cuentas, tu mamá es la mediadora, porque no decirle a ella las cosas así es quien podrá apoyarte.

P: Pues yo si le digo las cosas por ejemplo a mi papá no le gusta que vaya a discotecas, ella le dice que voy a una fiesta donde una amiga y me ayuda. *“En la familia de Paloma se han encargado de enseñarle ocultar las cosas a su padre e algo aprendido”*

T: OK, entonces tienes una cómplice y eso es lo que buscas!

P: Risas

T: Entonces cual es el punto de hacer cosas a escondidas, que es lo que te agrada de eso?

P: Yo no quiero defraudarlos, ella es mi amiga, siempre es la que me ayuda a salir y esas cosas, yo le digo cálmate que alguien me puede traer o tomo un taxi y yo les digo donde voy a estar, pero lo que yo siento es que sobre protección

T: Con que regularidad vas a las discotecas?

P: Pues depende... más o menos tres veces, es mas en Sincelejo, aquí casi no salgo es mas en casos especiales, además salgo con misma amigas, ellos siempre saben.

T: Pero parece que tú tienes claro lo que debes hacer para no defraudarlos, y tenerlos tranquilos. *“Veo un tinte de cinismo, como la idea es mantenerlos tranquilos”* Hoy veo una persona segura y que tiene claro lo que quiere. Cuando te vi por primera vez, era una persona totalmente diferente aminada e insegura que pasa ahí? Como te siente ahora? Que es lo diferente?

P: Pienso que soy bastante insegura en algunas cosas, yo sé lo que debo hacer y que no, eso lo tengo claro! Pero si cometí el error es de ocultarle las cosas a mis papás y es inseguridad mí en realidad, pues pienso que estoy como más... pues que no debo estar insegura de las cosas pues ahora veo que con mi mamá si le he podido hablar.

Pero pienso que ya estoy más segura y decirles las cosas ellos.

T: Es como dos personalidades diferentes, la niña tímida, aminada, de las dos primeras sesiones, donde dejo que su hermano hablara, que su hermano la invadiera y si ese es el reflejo que tu das en tu casa y en otros lugares y así te van a tratar, porque no te ven como una mujer porque no con confían en ti, te menosprecian, no te das el valor, te ven como la niña y tú tienes esa ambigüedad de niña mujer. En contraste con la mujer que veo hoy en este mismo momento con la claridad de lo que debe hacer. La libertad conlleva madurez y si tú quieres libertad de salir de ir a discotecas, de escoger tu novio vas a tener que asumirlo con la madurez necesaria y responsabilizarte, será que ya estas preparada para asumir esas responsabilidades?

P: Si.... Silencio... En un tono bajo responde, pues pienso que debo ser más segura de mi misma, no tener miedo de decirles a mis padres lo que quiero hacer, y tener la seguridad si yo tengo un novio de presentarlo, y tener esa autoridad sobre mí. Ellos siempre me dicen que debo hacer, sino yo misma hacerles ver que puedo y generar confianza, creo que así podrá ser, hacerles ver a mis padres que yo puedo valerme por mi misma.

T: Tus padres saben que estas asistiendo a terapia, como se han sentido con eso?

P: Ellos ahora están más tranquilos, eso era lo que esperaba que hiciera.

T: Al parecer tus familiares están tranquilos porque estás haciendo lo que ellos desean de ti y eso te da seguridad.

P: Si así es...

T: Tú querías hacer esto? Venir a terapia?

P: Yo siempre me he sentido insegura, mi mamá dice que yo hablo como si tuviera miedo, es que tengo una personalidad... (Titubea) Que yo cogí, ósea no, no sé, pues yo siempre soy como callada, pues con mis amigas soy la más callada, pero tampoco tan cohibida, pero si me siento muy insegura, mi mamá me dice que hable con seguridad, ósea, no sé en el momento de decidir algo de saber qué es lo que quiero, pues yo a veces hablo como con pena, yo soy muy penosa, eso da que yo soy insegura.

T: La inseguridad que te cohibe y que no te permite hacer nada, es algo que percibí más en nuestros primeros encuentros, pero tampoco estoy viendo la que no habla, hoy te mostraste más segura. Que te hace sentir eso conmigo?

P: Pues puedo hablarle con confianza y contarle lo que pienso.

T: sientes confianza conmigo, porque me puedes decir las cosas, ahora también estas generando confianza con tus padres al decirles las cosas. No es cómo lo mismo?

P: Si señora así es.... Silencio...

T: Que te parece si hacemos un test que nos va ayudar a mirar tu propósito de vida, como te enfrentas tu a determinadas circunstancias tal vez nos de unos tips para ahondar en diferentes áreas.

Practicamos el test y como el tiempo se nos había acabado quise utilizar los últimos minutos en preguntar por su no asistencia la semana anterior y su llegada tarde de ese día, a lo que ella responde había tenido unos inconvenientes académicos y no tuvo tiempo de avisar antes que como ahora venía sola se había perdido en llegar. Porque Paloma no considero decir esto antes, esperaba olvidara su tardanza y su inasistencia como también espera los demás olviden cuando ella les miente. Quise que lo viera pero el tiempo se nos acabó, espero que con habérselo preguntado, se diera cuenta que no había dejado pasar por alto su impuntualidad y justificaciones.

“Replay”.... Sigue evadiendo

Cuarta sesión.

Paloma no se presentó a su cita, no informo nada al respecto, así que la secretaria se comunicó con ella al día siguiente para indagar y dijo estaba en parciales, pero que ella asistiría la próxima semana, por tanto se le otorgó una nueva cita.

La semana siguiente se comunicó en la mañana del día que se tenía la cita, la abuela de Paloma, pidiéndome excusarla porque ellos tenían un matrimonio en Cartagena y ella no podría asistir a la consulta, esperaba le concediera una nueva cita, le comente que como funcionaba la oportunidad de citas en la fundación y que me gustaría hablar con Paloma. *“Nuevamente Paloma utiliza a otros para excusarse y postergar aquello que no le da prioridad”*. Acordamos un nuevo encuentro al cual no se presentó, di por sentado que no regresaría, pues al parecer

les había mostrado a sus familiares ella estaba haciendo algo que ellos deseaban y los tranquilizo, “*el ir a terapia*”, pero podía no hacerlo realmente.

Cuando había pasado un mes, me llama la madre de Paloma muy afanada me pide una cita para su hija, pues han decidido retirarla de la universidad, ya que ella continuo la relación con el joven del inconveniente y se perdieron algunas cosas en el apartamento, ella les ha estado diciendo mentiras entre ellas que asistía a terapia con regularidad, así las cosas deciden retirarla de la universidad y trasladarla a otra ciudad y allí continúe sus estudios, por tal motivo deben entregar un reporte médico o psicológico en la Universidad para su retiro.

Le pregunto si sabe hace cuánto tiempo Paloma asiste conmigo y ella piensa que hace meses; todo ese tiempo que Paloma dejó de asistir, sus familiares pensaban ella estaba trabajando conmigo, Paloma me pide que hablemos y es así como retomamos nuestras sesiones dejadas en pausa.

Paloma: Empecé a decirles a las mismas mentiras a mis papás, con respeto a que... “*la cara de vergüenza de Paloma es impresionante, casi no me mira, sus ojos están dirigidos al piso*” Bueno primero le dije mentiras que se me había perdió un Bose (equipo de sonido), y yo quería comprarlo para que ellos no se dieran cuenta, así que comencé a ahorrar en un chonchito, pero termine gastándome la plata para comprar el Bose, y empeñe unas prendas (Joyas) y con eso lo compre de nuevo, lo que pasaba en ese momento... Es que (titubeo) nuevamente tenía contacto con mi J “*este es el chico con quien salía después de su segunda relación y el que al parecer tenía problemas de drogas, porque nuevamente esta con el que es lo que la motiva a salir con este chico y hacer lo que sea por estar con él*” Y empecé a decirle mentiras porque nuevamente yo me había contactado con él. Y mi mamá se dio cuenta de las prendas (Joyas) y yo le dije que se me habían perdido, pero mi mamá me empezó a preguntar si yo estaba saliendo de nuevo con J, porque también se dio cuenta del Bose y le dije que lo tenía una

amiga; también empeñe una mesa de arquitectura, vendí el celular, más la plata que mi mamá me mandaba pues, ella hizo las cuentas de las cuatro semanas y todo lo ya no tenía, y obvio es cuando ella sospecha que algo anda mal que hacia yo con el dinero, que siempre me da y yo le decía me lo gaste y ya! Pero es que cuando yo salgo con él, la que paga las discotecas, las salidas, todo, soy yo, así que tuve que confesarle a mi mamá.

T: Tú te sentías mal de endeudarte para salir con alguien y gastarte el dinero que te dan. Que pretendes mostrar al estar pagando tu para salir?

P: Yo no pensé en eso, me la gastaba con él, salía con él... Yo pienso que es verdad lo que me dice mi mamá que no actué bien, que me aleje de todos por estar con él. Yo en ese momento no lo calcule al momento de mentir, tratando de ocultar todo porque sabía estaba haciendo mal. Involucre otras personas y le dije a mi mamá que las prendas me las habían robado de la mesa de noche así, que puse en tela de juicio a la muchacha, No afrontar los cosas como dice mi mamá, para tapar una mentira tengo que decir veinte más y lo hacía por evitar un regaño.

T: Recuerdas el primer día que nos vimos.

P: Silencio.... Ahora no te puedo decir lo que siento. Silencio largo...

“Me desesperan sus silencios, el que no encuentre las palabras, su titubeo constante en cada frase, como queriendo ocultar lo evidente, sé que ese desespero, es mío, bueno también un poco lo que ella tramite, desespera a las personas con su forma de no asumir, pero me doy cuenta de ello y callo, _ por un largo tiempo. No llegan las palabras en Paloma y termino por...

T: No creía la edad que tenías quede confundida, será que tiene 21 años, tu fisionomía no mostraba esa edad, tu terminas diciendo lo que los demás quieren escuchar de ti, ya lo has oído muchas veces, jaloneas a las personas, diciéndoles lo que quieren oír y por un tiempo les llevas al razón, de la misma manera para terminar haciendo lo que

realmente quieres sin afrontar consecuencias, en la tercera consulta, parecías entender, que te querías ganar la confianza, según lo que hablamos tu familia nunca te había dado la confianza suficiente para mostrarte, desde niña fuiste muy insegura y sobreprotegida, ellos no aceptaban darte libertad. Pero luego vimos que las cosas que habían pasado no eran tan terribles realmente solo que ellos conservadores, no permitían ciertas cosas, estuve muy confundida si habías tenido una sola una relación e inconvenientes con esta persona pero luego se fue clarificando que eran con los dos algo similar, me dio la impresión no querías tuviera esa claridad. Ese es tu modo de actuar evades, no asumes, justificas.

“Paloma no deja de llorar como una niña regaña, siento que he sido dura con ella, de querer decirle que haga lo correcto, después de un corto silencio responde”...

P: Toda esta semana, todo el mundo me dice, me dice, me regaña, y si es cierto, a veces es bueno, yo dialogo con ellos y los haga sentir más tranquilos, porque sé cómo están ahora mismo desconfiados de mí e intranquilos y yo hablo con ellos, les doy mi punto de vista y trato de que sepan de que yo quiero.... (Titubeo) Cambiar!

De que quiero ósea, que ellos vuelvan a confiar en mí y a veces me siento atascada, sobrecargada, de que me digan lo mismo, lo mismo.

T: Te sientes atascada y sobre cargada, que podrías hacer para cambiar eso?

P: Mi papá me dice que ya paso todo y que siga adelante, me van a cambiar de universidad y ciudad así tendrán la tranquilidad de que yo estoy tratando de cambiar y quiero cambiar.

T: Que es lo que quieres cambiar?

P: Cambiar mi personalidad, yo sé, me siento... Pues yo tengo mi personalidad con una autoestima.... No confió en mí, mejor dicho, no decir más mentiras afrontarlo, no ocultarlo.

T: Siento tu angustia, siento que no tienes los recursos personales para sumir tu vida y tu familia ha perpetuado eso de alguna forma también, tu abuela llamo a excusarte, tu mamá llama a excusarte, tu hermano está allí para hablar por ti, como hacer un proceso personal así para que tu aflojes lo que verdaderamente te acongoja y te lleva a las mentiras y todas las dificultades que se desprende esto.

“Paloma está llorando, se muestra acongojada, no habla solo llora, la dejo hacerlo por algunos minutos”

T: Veo que te duele mucho lo que ha pasado, parece que tuvieras vergüenza y entonces al momento de hacer aquello que te causa inconvenientes que es lo que esperas que pase?

P: En el momento se salir y pasarla chévere yo no pensaba en nada, yo no pensaba en casarme o tener nada formal, yo no veía lo demás, no prestaba la atención a nadie, vivir el momento, lo que pensaba es pasarla chévere, yo no me quería salir de la casa ni nada de eso...

T: Y los riesgos como afrontarlos?

P: Paloma calla, está muy acongoja se está dando cuenta que una y otra vez repite lo mismo y ahora se vio nuevamente confrontada.

“Se nos acabó el tiempo de la consulta y tenemos que dejar allí me pregunto si Paloma volverá a venir....”

El escape es la única salida

Quinta sesión.

P: Estuve hablando con mis padres, ellos me van a cambiar de universidad, piensan que corro riesgos aquí en Barranquilla, porque él sabe dónde vivo y me puede buscar así como en Sincelejo, pero allí está mi familia. En la universidad tengo que entregar un reporte médico

o psicológico para mi retiro, de hecho ya no volví a la Universidad, no estoy asistiendo más, allí, voy a continuar en terapia con el psicólogo, en la ciudad donde voy.

T: Como te sientes con ese cambio?

P: Pienso que es lo mejor para mi familia, pues piensan que corro un riesgo, porque él me puede seguir insistiendo y que yo soy una persona débil, inmadura que no me puedo defender sola, el tal vez me puede venir a buscar además, él está viviendo en Barranquilla y yo estoy de acuerdo del cambio para hacerlo por trasferencia en otra ciudad, así en otra ciudad se me presente algo similar debo conocer primero la persona, yo pienso que hacer este cambio este semestre, pienso en mi familia primero que todo y ellos puedan confiar en mí, yo pueda seguir mi proceso, y madurar y estar más tranquila. Ahora mismo me doy cuenta que J me estaba usando para sacarme plata, yo no sentía un apoyo, no pienso que es una mala persona y que me pueda hacer daño, eso si yo no lo sé, no lo creería, pero si me di cuenta que me utilizo, porque él me decía yo te ayudo a sacar las prendas (joyas) pero me di cuenta que no lo hizo, no fue sincero conmigo, aprendí a ser más chispa, adarme cuenta, a tener malicia, él hablaba en Sincelejo de que tenía una novia que le gastaba, le prestaba el carro y eso lo supo mi familia.

T: Piensas en tu familia en darles gusto, porque te sientes mal con lo que ha pasado y ahora te das cuenta que por darle gusto a tu novio te metiste en líos, como va eso con cambiar de Universidad y de ciudad?

P: Pienso primero en mi familia en que ellos estén tranquilos y yo ahora pueda hacer las cosas de manera diferente.

T: Te voy a contar una anécdota... tengo una amiga que viajo a USA a visitar a su nuevo novio, Tú conoces USA verdad? *Paloma asienta con la cabeza:* Ella perdió las maletas en el aeropuerto y este le dijo la llevaría a Walmart (supermercado americano) a comprar las cosas que le faltaban, mientras llegaban sus maletas. Ella tiene otra amiga en esta misma ciudad y le comento que irían allí a comprar, su amiga se molestó mucho y le decía porque allí,

tú no vales un Walmart! A caso no tiene para llevarte a otro lugar! No es un tema de elitismo, es que su amiga piensa que si ella viaja a USA para estar con él, y necesita algo, lo que espera de ella es que se dé su valor, cuál era su VALOR! Ahora te pregunto cuál es el tuyo? Tienes que brindar cosas materiales para ser aceptada? dudas de que alguien te pueda invitar a salir y gastarte aunque sea una gaseosa de su parte.

P: Yo he hablado con mi mamá de ahora en adelante quiero que mis padres se sientan orgullosos de mí... llanto... Silencio... *“Paloma evade mis preguntas, no responde lo que pregunto, espero por lo menos lo piense cuál es su valor?” Después de un largo silencio.*

T: Tú eres una persona valiosa e importante, debes sentirte amada y satisfecha, todos los seres humanos nos equivocamos, debes empezar a trabajar tu propósito de vida, hacia donde quieres ir?

P: El compromiso que hago con mis padres es que ellos vean que yo sí pueda salir adelante y ser más unida con ellos, y que ellos puedan confiar en mí es lo primordial y que sepan que yo les voy a responder terminar mi carrera siendo responsable con todas mis cosas y con ayuda de ellos, saber llevar todas las cosas sobre mi vida porque ellos les perturba y darles la tranquilidad de que soy una persona que se valora.

T. Paloma no dudes de que eso, va a pasar, solo tienes que trabajarlo, el conocerse a sí mismo es un proceso difícil, con lleva tiempo, tu ahora te das cuenta de tus fallos y limitaciones en algunos aspectos de tu vida y estas teniendo que afrontarlos. Debes continuar haciéndolo, no puedes postergar, toma el empuje, busca el profesional, para trabajar en la ciudad, si deseas podemos trabajar vía Skype, mientras te ubicas, no te quedes allí como en espera, y dejar que las cosas pasen, ahora estas en la crisis, como al comienzo, pero cuando todo se calme, que pase con tu inseguridad, con tu forma de asumir.

P: Me siento más tranquila, estaba como muy, llena de cosas que le quería decir a mi mamá y no me salían, gracias a lo que he hablado contigo he logrado hacerlo descargarme

sentirla, yo había hablado con ella, pero ahora es diferente y ella me ve diferente es me hace sentir más tranquila, no voy a morirme, el cambio me va a servir, ellos me dicen que no me van recriminar más cosas y que me van ayudar hacer los trámites de la universidad.

“Aunque logramos hacer vínculo, siento que no me volveré a ver con Paloma, ahora parece estar más congruente después de tantos sin sabores, pero me preocupa que, ella solo asume las cosas por el momento cuando todo se calma, vuelve actuar de la misma manera, es importante que ella se vea se reconozca como una persona valiosa por lo que es, por ocupar un lugar en el universo, por ser Paloma. Ella se quiere ir, tal vez yo también he sido cantaletera con ella, no dejo de sentir cierta frustración y de pensar a donde ira ahora”...

MARCO CONCEPTUAL DE REFERENCIA

Generalidades.

Signorelli, S. (2010) Describe que *“desde que el hombre es hombre, comenzó a preguntarse por su ser”*. Esta pregunta abriría el camino para el movimiento existencial, los problemas del hombre ante la muerte, la angustia, la nada, el amor, la libertad, siguen vigentes, por tanto el existencialismo no corresponde a una época particular, teóricos y filósofos de todos los tiempos de una u otra manera han planteado la búsqueda del hombre por su existencia y su ser. Psiquiatras y psicólogos vieron la oportunidad para un enfoque terapéutico desde Jaspers, Minkoski, Binswanger, que permitiera adentrarse más en la existencia en sus profundidades.

Carpintero, Mayor, Zalbidea (1990) Menciona, que la tercera fuerza en el campo de la psicología nació a principios de la década de los años setenta, Maslow manifestó el surgimiento de la idea de una psicología comprensiva, sistemática, de base empírica que abarcara las cimas y las profundidades de la naturaleza humana. Ante las limitaciones de la psicología de la época Maslow, (1969) mencionaba que: *“Aún entre los psicólogos y humanistas hay algunos que se oponen al conductismo y al psicoanálisis en lugar de incluir estas dos psicologías en una estructura de rango superior y más amplio”*.

En tal caso se podría decir que surgió como una profunda insatisfacción a la psicología que se venía manejando y en la cual encontraban profundos vacíos en el conductismo, enfocada al estímulo y la respuesta y el psicoanálisis, en su trasfondo del pasado, por eso se definió como la tercera fuerza, puesto que el conductismo y el psicoanálisis serían las otras dos fuerzas.

La psicología humanista se opuso al conductismo al considerarla mecanicista, ya que excluía los procesos experienciales humanos, su significado en términos de la existencia

humana, en sus experiencias con el mundo y no solo en su conducta manifiesta, pero no considera que se pueden separar de la psicología pura y la psicología aplicada.

En cuanto al psicoanálisis menciona que sitúa al ser humano en ser motivado solo por el inconsciente, pues considera que se fundamenta en el estudio de personas con características neuróticas y cuya personalidad es parecida a la de los niños. Rechazando su orientación centrada en el pasado, de tal forma que solo se estaría viendo los preconceptos, dejando de lado el presente y la posibilidad de una creación en relación con los fenómenos que acontecen en este. En psicología, *“los teóricos humanistas existenciales tienen un gran respeto por la individualidad”* (Frank, 1995, p.218).

La relación terapéutica.

Así las cosas el humanismo se planteó una psicología más integradora, que dejase ver al ser humano en su totalidad, afirmando los valores humanos, como lo plantea, De Castro Correa y García Chacón (2011) *“Preocuparnos por comprender el sentido de la experiencia del ser humano, antes de preocuparnos por explicar su conducta y validar cuantitativamente su experiencia. En otras palabras, buscar una explicación del comportamiento de alguien sin haber comprendido antes la experiencia de dicha persona lleva siempre a una imagen inadecuada de dicho ser humano”*.

Según May (2002) El enfoque humanista existencial no es solo una forma de psicoterapia o de un conjunto de técnicas, es un interés genuino por comprender al otro, es una actitud frente al ser humano y la psicoterapia.

El enfoque existencial nos permite evidenciar criterios de lineamiento en la psicoterapia, las pautas que debemos seguir, el sendero o camino que debemos cruzar, de tal forma que podamos captar al ser humano en la relación terapéutica, interpretar su angustia que no es solo un síntoma sino una condicional natural del hombre frente a sus fuerzas

antagonistas, el enfoque no intenta liberar al hombre de sus angustia y desesperación, pues una persona muy ansiosa se sentirá amenazada como señal de alarma por su dificultad para valorar, lo que se intentara es encausar sus propias fuerzas para poder confrontarse consigo mismo. Creando un significado en su vida como un acto puro y consiente, a partir de la decisión y el compromiso que asuma frente a su existencia, haciéndose o no cargo de sí mismo.

A la luz de esta perspectiva, señala May, la finalidad de la psicoterapia es hacer que la gente, sea responsable de su existir. No existe la persona perfectamente madura, todos somos inmaduros en alguna medida, la madurez es un proceso perfectible de mejorar a través del tiempo, y eso incluye tanto a los pacientes como a los terapeutas.

De tal forma que una persona que busca ayuda profesional donde un psicólogo, busca ser comprendida en su individualidad, aun cuando los fines generales o universales sean similares, su individualidad nos lleva a la particularidad. Lo normal es una ilusión, como dice una frase popular *“lo que es normal para una araña es un caos para una mosca”* de tal forma que percibimos la realidad de diferentes formas gracias a nuestra individualidad, una circunstancia determinada para una persona será una cosa y para otro algo totalmente diferente.

Romero (2003) Plantea que los sujetos se van constituyendo según sus experiencias, por tanto, la comprensión del ser humano en psicoterapia es fundamental, lo primordial aquí es comprender al otro como **ser-en-el-mundo** May (1977) de tal forma que se logre orientar a la persona para enfrentar sus experiencias de forma libre, a tomar decisiones auténticas y a producir una forma de hacerle frente a su vida de forma responsable y siendo el mismo.

El terapeuta se centrara en comprender al ser humano en torno su mundo y su propia experiencia existencial. Comprender al otro no es tarea fácil siempre estará la subjetividad que plantea mi propia existencia, se necesita un grado de amistad, de verdadera empatía, de que el otro me importe, muchas personas tienden a ser reservadas a no confesarse aun cuando asistan al psicólogo en busca de ayuda, no están dispuestas a develar los más oscuros deseos de su

vida, o ni siquiera los ven, no tiene la capacidad de identificarlos, pero cuando se logra consolidar un **vínculo** en torno a la relación, es allí donde puede fluir la respuesta a aquello que nos aqueja, trabajar de forma positiva las emociones. **La relación terapéutica** es parte esencial de la terapia, si se logra establecer la alianza entre las partes, probablemente se llegara a la cura tan anhelada.

Según De Castro Correa y García Chacón (2011), mencionan que en el proceso psicoterapéutico se debe abordar desde un entono de conversación y argumentación en una dialéctica que permita llegar a una lógica, atendiendo a las vivencias del paciente en el presente en **el aquí y el ahora**, para poder interpretar **la intencionalidad** del este. Solo podrá surgir esta conexión a partir la relación que se establezca entre las partes donde exista un verdadero **vínculo**. El terapeuta debe buscar comprender las experiencias desde la perspectiva de la propia existencia del otro de tal forma que se manifiesta en la relación inmediata, en el **vínculo** que se ha establecido entre los dos.

Vínculo.

El vínculo da sentido a la relación terapéutica, por tal razón ciertas posturas terapéuticas donde la actitud es distante, desapegada con posiciones poco auténticas, se podría decir que nos alejan de la persona y de la cura, no es el psicólogo quien logra la sanación o la técnica empleada, es el encuentro que se da entre dos personas que tienen un fin, una dispuesta a ayudar y otra dispuesta a ayudarse, se ha evidenciado una alta correlación entre un adecuado **vínculo** y la mejoría de los pacientes. Como lo plantea, De Castro Correa y García Chacón (2011), *“La psicoterapia es o debe ser un encuentro genuino entre dos personas. **Lo que cura es el vínculo**”. Esta máxima planteada por Yalom (2002) es una consigna que no ha perdido su vigencia”*.

Todo en nuestra vida está planteada para generar vínculos, no hay un lazo más fuerte que el generado por una madre con sus hijos, una buena madre desde el primer momento está dispuesta para ese nuevo ser que viene al mundo, generando vínculos muy fuertes que llevaremos con nosotros el resto de nuestra vida, una buena madre le da un buen sentido a nuestra existencia. Quien no ha cerrado sus ojos y ha percibido el dulce aroma de su madre, ha recordado sus suaves manos como te acarician, has sentido en tu paladar aquellos deliciosos platillos y cuando te sientes angustiado a oscuras, en penumbra sin saber dónde ir, que hacer, a que brazos quisieras correr? A los de tu Madre! Verdad! De la misma forma vamos a través de nuestra vida construyendo vínculos, unos más fuertes que otros, como los de nuestras relaciones de pareja o los de la amistad o los que establecemos en entornos menos formales.

El **vínculo terapéutico**, es el que se da en un entorno profesional, donde el terapeuta deberá interesarse genuinamente en su paciente, “en el proceso en referencia, pero no de la misma forma como se puede dar en las relaciones cotidianas Feixas y Miro, (1993).

(Yalom (2002, p 28) dice *“Por mi parte prefiero pensar en mis pacientes y en mí mismo como un **compañero de viaje**, un término que borra toda distinción entre “ellos” (los afligidos) y “nosotros” (los sanadores)”*.

Pues el estar alejados impediría captar a la persona en su totalidad, no se puede conocer a un ser humano sin un contexto, para poder conocer el sentido de su experiencia, se necesita conocer sus condiciones sociales, culturales, biológicas y como se relaciona con ellas, abarcando los sucesos del pasado y de sus vivencias actuales, se necesita ser lo más conscientes de como relacionarse con el paciente, para conocerlo a él también necesitamos conocernos a nosotros mismos, se puede llegar a pensar que por ser terapeuta no se padece de ningún sufrimiento, pero es algo totalmente falso nadie es tan feliz como el otro puede llegar a pensar que es! Todos tenemos, nuestras cargas, todos llevamos auestas nuestras tragedias, unas mayores que otras, estos **compañeros de viaje** pueden llegar a sanarse mutuamente, la relación

y el vínculo terapéutico, que se establece, nos da la ventaja de poder **encontrarnos a nosotros mismos**, gracias al otro.

El terapeuta un poco más avanzado y gracias a su conocimiento pero el paciente puede aportarle de sí al terapeuta, al conocerlo y vivenciarlo. Por lo tanto debemos darnos, donarnos en cada sesión y en cada terapia a cada persona, empatizar con ella, **saber acogerla, entenderla, comprenderla.**

Saberes del terapeuta.

Para que una persona se sienta a gusto hay que saber acogerla, entenderla, comprenderla, ser acogedor no es una forma social, es un desarrollo personal, así que por ende el terapeuta tendrá que desarrollar ciertas habilidades y aprender a albergar al otro, con el fin de poder llegar a él, estos saberes están dando como pautas centrales de la terapia. A la luz de Romero (2003) *saber acoger, saber acompañar, saber escuchar, saber observar, saber cuestionar, saber orientar, y saber ser objetivo* son pautas para una adecuada entrevista, así que es algo que podemos aprender, aun cuando en nosotros ya existan ciertas cualidades personales que nos permitan ser empáticos con el otro, podemos desarrollar ciertas habilidades, que con la práctica y el conocimiento nos permitirán captar de manera más asertiva.

Saber acoger.

Como lo plantea Romero (2003) las normas de cortesía, son mera formalidad, sin embargo nos abren las puertas de una adecuada convivencia en el entorno social, así las cosas el **saber acoger** no es un asunto de solo educación como lo dice Romero, “*Es convidar al otro para que sea el mismo, sintiéndose a gusto con nuestra presencia, en los gestos en las miradas, en los movimientos, en las palabras, expresamos esta invitación*”.

El hecho de crear una **relación auténtica** de por si es curativa, puesto que me estoy brindando al otro, demostrando la importancia de este como ser en el mundo, esta acogida se convierte en un antídoto para la soledad, de tal forma que al sentirse aceptado, admitido, recibido, protegido, amparado, la persona termina por acoger, siendo más genuino el mismo en la interrelación personal. Romero dice *“todo acogimiento es un acto de confianza”*, sin prejuicios recibir tal y como es, invitando a la apertura a la confianza. Dando la hospitalidad necesaria para sentir que allí estamos seguros, la seguridad de que allí, está el otro para **acompañarme**, para buscar la salida conmigo.

Saber acompañar.

El **saber acompañar** requiere de nuestro interés genuino por el otro, por sus necesidades y expectativas, es fácil darse al otro cuando simpatizamos con él, que tenemos ese *“feeling”*, nos sincronizamos y entendernos de forma tal que todo fluye , nos abrimos al otro, siendo solidarios y recíprocos con él, pero hay personas que nos provocan cierto rechazo, no es fácil llegar a considerar a lo que no somos afines, difícilmente vamos a empatizar con alguien a quien rechazamos, para empatizar necesitamos situarnos en el lugar del otro, el ponernos en sus zapatos, sin esta capacidad como lo afirma Romero *“es muy difícil ver el lado emocional y los aspectos menos convencionales del otro”*, esto depende también de nuestros prejuicios, no necesariamente debemos coincidir, el poder despréndenos de nuestras barreras para abrimos al otro y poder sentirlo y percibir que es lo que le está afectando. La persona que busca un psicólogo, busca un profesional que lo acompañe que este con ella, alguien calificado por su profesión que reúna ciertos requisitos que él considera le permitirán la proximidad, la ayuda que tanto busca.

Afirma Romero (2003), que si el terapeuta no logra colocarse en el lugar del otro no hay verdadera empatía, por lo tanto la comprensión será meramente intelectual y conceptual

y habrá una gran dificultad en tratar de comprender el lado emocional y aquellos aspectos que son menos convencionales de la persona.

Rogers (2010), se refiere a la empatía de la siguiente manera:

“Esforzarse por penetrar y vivenciar las percepciones del otro, poder captar los sentimientos del otro, del tal forma que pueda intuir aquello que ella misma quizás no pueda ver, para poder llegar allí debo sentirme a gusto con él, estar sensibilizado con la persona, logrando evidenciar su rabia, confusión alegría, tristeza, lo que sea su vivencia, de alguna forma es vivir su vida, y estar dentro de ella con delicadeza, para que no sea una amenaza, constatado que nuestras percepciones son reales a través de sus respuestas. “Tú eres un compañero de camino de la persona en la búsqueda de su mundo más profundo, que inspira confianza”.

Freud en 1912 hablo de la importancia en que el terapeuta mantuviera un interés y una actitud de genuina de comprensión y empatía por el paciente, lo cual le permite que la parte más saludable de él estableciera una relación positiva con el terapeuta. (Corbella y Botella, 2003).

Para llegar allí debemos saber escuchar a nuestro compañero de viaje, que dice, como lo dice, para que lo dice, como puede sentir lo que dice, esa es la forma de acercarnos al otro.

Saber escuchar.

Saber escuchar significa estar allí presentes, atentos interesados, estar para el otro, no permitirnos distraer por los prejuicios, omitiéndonos a nosotros mismos, dejar de lado nuestra subjetividad para poder llegar a la persona. (De Castro y García, 2011). Omitirse puede ser tarea difícil, pues nuestro egocentrismo nos puede llevar a vernos a través del otro, a mostrarnos; nuestra actitud deberá ser receptiva, permitido a la persona mostrarse ella. No es lo mismo oír que ser escuchado, un buen escucha tiene la capacidad de interesarse por lo que

te dice el otro, así se genera un dialogo abierto, dispuesto, porque estoy escuchando al otro y entendiéndolo, como dice Romero: *“Debemos ser conscientes de que solo tenemos derecho a hablar cuando primero sabemos oír”*. Un proverbio oriental dice: *“Nadie pone más en evidencia su torpeza y mala crianza, que el que empieza a hablar antes de que su interlocutor haya concluido”*.

Al respecto de la escucha, Villegas Besora (2013), menciona que la forma en que nos acercamos al otro, ratifica nuestro interés genuino, al ser acogedores, al respetar los turnos de nuestro interlocutor, saber callar cuando debemos callar, la sinceridad con la cual nos presentamos ante el otro, mostrándonos próximos a él, pero a la vez manteniendo la distancia respetuosa y reflexiva que se requiere.

Dejar que el otro exprese lo que quiere decir de forma respetuosa, abierta, receptiva, dejando de lado la necesidad de enseñar, de refutar, de nuestros prejuicios, de rumiar en nuestra mente nuestros pensamientos, de aprender a mantener el silencio mental mientras el otro habla, de captar al otro, de tal forma que existe la intencionalidad de conocer al otro, de recibir su mensaje, omitiendo nuestro deseo de responder, muchas veces mientras él otro habla estamos más pendientes de que vamos a decir, de lo bien que podemos sonar y lo inteligentes que podemos mostrarnos, y no estamos más alejados de la realidad de un buen escucha.

Escuchar no es una tarea fácil, pero se puede aprender, podemos desprendernos de nuestros intereses particulares, es la forma de poder llegar al pensamiento del interlocutor y lo que está oculto tras estos pensamientos, **al observarlo y estar atento** a lo que dice, como lo dice con sus cuerpo, con sus gestos, con todo su ser.

Saber observar y estar atento.

Es estar pendiente tanto de lo que podemos observar a simple vista, como de aquello que no se ve, pero que se siente, el estar molesto, avergonzado, temeroso, etc... **estar atento**,

no distraernos, es el saber observar, por eso es tan difícil el poder observar al otro cuando estamos distraídos en nuestras propias preocupaciones, siendo tarea casi imposible el poder encontrarnos con él, con su esencia con su ser, Romero (2003)² menciona que Antes de llegar a comprender un fenómeno, primero tenemos que obsérvalo. *“tanto a lo visible como a lo invisible, a lo que se muestra disfrazándose y a lo que se disfraza para poder mostrarse”*.

Pero no solo debemos observar a la otra persona, debemos obsérvanos a nosotros mismos para captar los momentos vivenciales de cada uno, Romero menciona que **estar atentos** no es una tarea fácil y no es solo cuestión de un arduo entrenamiento, se necesita estar dispuesto, cuando existen en nosotros factores que distorsionen o interfieran en el proceso, como la rutina que puede llegar a convertirse en una actividad repetitiva y nos aleja del encuentro vivencial. Una tras otra sesión, nos puede llevar a la monotonía, el cansancio del día, nos aleja de la entrega.

Debemos **saber observar** lo que pasa con nosotros mismos, que sentimos frente al otros saber si es nuestro o es lo que nos hace sentir el otro, podemos sentirnos muy cansados, aburridos, agobiados con alguien y debemos saber observarnos y darnos cuenta si esto es lo que nos produce esa persona en particular o somos nosotros mismos los que nos estamos sintiendo así, no es subordinarnos a los deseos del otro es captarlo, es encontrar el entendimiento ser recíprocos, se requiere de un verdadero desarrollo personal, de entrenarnos, de conocernos. No todo lo que percibimos lo podemos dar por sentado, cada quien tiene su visión particular del mundo, por tanto es necesario al observar al otro desde su mundo entenderlo para crear una configuración global y congruente de lo que verdaderamente está aconteciendo. Si le damos valor a las cosas a partir de nuestras creencias, esto acaba generando puntos ciegos que son difíciles de descubrir. La verdadera habilidad radicara en poder

² Citado de Romero (2003)

desdoblarnos, conocernos a nosotros mismos para poder conocer al otro, indagando, preguntado ratificando si lo que captamos es cierto.

Saber indagar y cuestionar.

El dialogo que se establece entre el terapeuta y el paciente debe ser un dialogo provisto de una escucha activa, el acoger a la persona, de empatizar con ella, estar pendiente a lo que dice y de querer profundizar en cada experiencia del interlocutor acompañándola, pero también debe estar provisto por tanto de querer **indagar y cuestionar** a la persona, de tal forma que logre entender que es lo que acontece en el otro, llegar a un conocimiento reflexivo del otro.

Al indagar se debe tener presente, el querer llegar a un fin, para esclarecer la experiencia del paciente, buscar que las preguntas sean pertinentes con el tema que se trata, no sacarla de su vivencia, para que pierda el rumbo.

El dialogo socrático, puede ser una buena alternativa para tal fin, pues con él se busca de una forma estructurada, la verdad y el valor de las opiniones del otro, con la intención de responder a las preguntas elegida por el mismo. De tal forma que la conversación adquiera el tono de dialogo, más que el de un debate.

(Martínez, 2012, p. 3) *“El dialogo socrático no es una simple técnica psicoterapéutica o estrategia pedagógica, es todo un estilo de conversación y acompañamiento, es una manera de ser y de relacionarse con las personas en busca de apoyo o aprendizaje, siendo por ello tan fácil como difícil a la vez; fácil porque consiste simplemente en aceptar humildemente que no se sabe la “verdad” y tener el deseo profundo de **indagarla** con curiosidad autentica y gran amor por acompañar a las personas en sus búsquedas, pero difícil a la vez pues, implica aceptar humildemente que no se sabe la verdad y tener la disposición amorosa de acompañar al otro en su búsqueda sin ser el protagonista sino un simple compañero de viaje”.*

Saber orientar y estimular.

Romero (2003) menciona que no es papel del terapeuta el de **dar orientaciones** tacitas al paciente, *“esto es lo que debes hacer, así lo debes asumir”* Aun cuando podemos mostrar algunos caminos posibles que ofrezcan algunas perspectivas, pero de tal manera que sea el otro a quien le corresponda elegir el camino, sabiendo situarnos dentro del contexto que más que un directriz directa sea las coordenadas ante aquello que le nubla su visión al no poder encontrarse a sí mismo y necesita ubicarse en la realidad.

Llevar al otro a encarar sus problemas es **Saber estimular** de una forma tranquila al ver en el terapeuta ese amigo en quien puede confiar, es quien recibe ese estímulo para trabajar en aquello que le aqueja, pues le acoge y le muestra aquello que él no alcanza vislumbrar, llevándolo a la conciencia de la libertad de la cual está cerrada por los conflictos imaginarios o reales, pero que el solo podrá abrir o cerrar definitivamente.

De Castro y García, (2011) menciona que Yalom (1984) hace explícito algunas defensas porque el ser humano evade su libertad, ya que se vive solo por una fuerza que se siente dentro pero ajena al yo, de tal forma que no la siente como propia dejándolo sin posibilidad de elegir ya que tiene que hacer lo que el impulso de le demanda. Por tanto no llega a experimentar su libertad.

Saber ser objetivo.

El ser objetivo hace referencia tener un fin, asumiendo una postura neutral, sin dejar de lado mi propia subjetividad, sino tener la capacidad de verla. Entrar al mundo del otro conlleva delicadeza, no se entra allí para juzgar o tomar partido, se debe respetar los puntos de vista, Rogers, *“cuando la persona se da cuenta de que se le ha oído en profundidad, se le humedecen*

los ojos” ser objetivo es poder ver al otro y no dejar de verme a mis mismo, asumiendo la individualidad.

Aquí y ahora.

Yalom (2000) en el donde la terapia, nos plantea que uno de los primeros pasos en terapia es identificar los problemas personales de la persona en el **“aquí y el ahora”** de la terapia misma. El aquí y ahora hace referencia al momento mismo, en el que está a conteniendo la relación terapéutica. **El aquí** a los eventos inmediatos, lo que acótese en ese lugar mismo, y **el ahora**, al tiempo a los minutos de esa sesión, cada sesión es un “microcosmos social” de esa forma se ve la terapia, si la persona, es temerosa, o arrogante, extrovertida, o tímida, se verá reflejado en la interacción personal, como lo menciona Yalom (2002) donde tarde que temprano se manifestaran en el paciente y en la relación misma lo que se es, saliendo a flote la esencia la forma de interrelacionar con el otro. La mayoría de las problemáticas de las personas son entorno a sus **relaciones interpersonales**, dada la incapacidad para formar lazos y mantenerlos a través del tiempo de forma que sea gratificante, la terapia debe encontrar las alternativas.

El pasado importa en la medida en que forma parte de nuestra existencia actual, no se le está restando importancia al pasado, sino que regrese a sí mismo, sobre su misma historia, el pasado está allí en el presente vivo, en el **aquí y el ahora** de cada encuentro, como menciona Yalom (2002) *“En este momento y en los niveles más profundos de mí ser ¿Cuáles son mis fuentes fundamentales de temor?”*.

El aquí y el ahora abarca todo, lo que existe, es el darse cuenta el *“insigh”*, el cómo se implica, todo lo que acontece, lo que escucha, ve, siente, deben estar presentes todos los sentidos, para poder captar y captarse.

*“Los problemas humanos son en gran medida relacionales y por lo tanto los problemas interpersonales de un individuo terminaran por manifestarse en el **aquí y el ahora** del encuentro terapéutico”. Irvin Yalom, (2002) el don de la terapia.*

Como me relaciono con el otro, por más mascarar que quiera usar se verá reflejado, esos modos ser auténticos o inauténticos emergerán. El terapeuta está allí para acompañar a la persona, en aquello que le atormenta, en facilitar su proceso, para que lo identifique y asuma su responsabilidad frente a él, de tal forma que sus existencia se vea colmada de un significado y pueda tomar las decisiones acordes a su ser en sí.

Interpretaciones existenciales.

A partir de vivenciar el **“aquí y el ahora”** la persona podrá llegar hacer las interpretaciones que surgen del dialogo que se establece en la relación terapéutica, así las cosas, De Castro y García (2011) plantean que no tendrá sentido llevar a la persona asumir interpretaciones desvinculadas de **la vivencia** que se puedan dar en torno a la relación terapéutica y el **“aquí y el ahora”** de la misma, pues estas serían argumentaciones basadas en análisis y presupuestos teóricos pero lejos de lo que realmente puede ocurrir. La gran mayoría de los seres humanos tenemos dificultades para poder relacionarnos satisfactoriamente con otros, de allí surgen nuestros dramas, por eso el buscar formar y mantener relaciones sanas se hace tan necesario. De la relación que se establece en terapia se pueden desprender como nos vivenciamos a partir de darse cuenta de ello en el **aquí y el ahora** de la terapia misma.

Presencia.

La presencia involucra a las dos partes, terapeuta y paciente, a los dos compañeros de viaje, si alguno de los dos no se encuentra allí, es decir lo puede estar de cuerpo, pero su mente

esta distraída, no se conecta con **la relación, con el aquí y el ahora del momento terapéutico**, por tanto, no se logra el encuentro. Según menciona Schneider y May, 1995; Schneider y Krug, (2010). La presencia **intrapersonal** se refiere a la experiencia presente, a lo más próximo, a lo inmediato, el cómo sentirse afectiva, corporal, frente a sí mismo, que es lo que refleja nuestros cuerpo, nuestros gestos, tranquilidad, seguridad, angustia, miedo, así las cosas puede existir una retroalimentación con el sentido que le da su experiencia (De Castro y García, 2011; De Castro, 2014). **La presencia interpersonal** se refiere a como me siento con referencia al otro, como experimentar la relación frente al otro.

Proceso Vs contenido.

El proceso hace referencia a lo que está de tras de cada palabra, de las actitudes y gestos de la persona como es la naturaleza de la relación y el contenido a la palabras pronunciadas de forma explícita lo que se expresa, que tanta apertura se tiene, es muy fácil perderse en **el contenido** de lo que se dice, cuando no se está conectado con la persona, **el proceso** es relacionarme con ella, con sus palabras con su entorno.

Yalom (2002) dice que si bien es cierto que el terapeuta se centra en la apertura el contenido de su experiencia (Lo que él denomina como la apertura vertical) es más valioso que se abra experiencialmente ante **el proceso** del contenido esto es la (apertura horizontal)

La persona necesita vivenciarse activamente como la que participa en su intencionalidad. Darse cuenta de ella ante cada experiencia de su vida, como es su disposición frente a la vida, como su vida y orienta su comportamiento, frente a cada experiencia que le acontece. Martínez (2011).

La persona puede decir mucho o poco, pero en ese mucho o poco que dice, realmente que es lo que le moviliza, cuál es su intencionalidad.

ANÁLISIS DEL CASO

Se analizaron los movimientos vivenciales de las intervenciones de un neófito terapeuta frente a su compañera de viaje una joven de 21 años quien está en búsqueda de su libertad.

Saber, escuchar, acoger, empatiza

Paloma, desea salir y disfrutar de su juventud, bailar, reír, tener novio, como todo joven quiere experimentar, conocer, vivir a flor de piel, pero sus invitaciones son menos de las que ella quisiera tener, que casi cree debe pagar por ellas, tal vez se considera que no es tan agraciada y carismática como otras chicas de su edad, esto fue lo que escucha de ella, pero también lo pude captar, desde el comienzo de los diálogos, cuando llega a su primera cita una pequeña niña, de la que llego a dudar si la edad que me dijeron tenía era de 21 años, o mucho menos, que esa. El trato que vi le daba su hermano y como ella lo permitía, me permitieron ver como se escondía y le era tan difícil confrontar. No fue para mí en algunas ocasiones muy fácil escuchar a Paloma, tal vez llena de prejuicios, no me permitía comprenderla en su totalidad, en nuestras primeras sesiones, era confuso para mí una y otra historia; contada a pedazos, no profunda, como queriendo justificarse, mostrándose oprimida y luego... Descubro que tiene otra cara, aun cuando fui muy afectuosa, me mostré empática y trate de ser respectiva, con ella me costó, **escuchar, acoger y empatizar**, con ella en ciertos momentos, era obvio que quería darme una imagen poco real, entre cada sesión las cosas fueron mejorando y fui descubriendo a Paloma. En mi mente estaban las palabras de mis tutores, “*ojo! Saberes del terapeuta, escuchar, acoger, empatizar*”

Al comienzo de nuestros diálogos sentía que algo no fluía, me pregunte si era mi edad, siendo una mujer mayor de cuarenta años, ella podría verme no tan cercana, tal vez hubiera sido más fácil para ella abrirse con un terapeuta más joven; puesto que en mi misma reflejo una figura de autoridad, lo que no permitía que Paloma se soltara y me hablara con desparpajo

de sus hazañas, de sus deseos, de aquello que la reprimía o la hacía sentirse plena. Siempre me han dicho que soy muy cálida que llego fácil a las personas, no me cuesta trabajo en que la gente se sienta a gusto conmigo, soy una gran anfitriona, a menos que me disponga a cerrarme. Pero en este caso estaba abierta, dispuesta, interesada, ella había llegado a mí, en busca de ayuda, y lo que yo debía hacer era dar todo de mí, como persona y profesional.

Para Romero (2003) el Saber acoger no es un asunto de buena educación, podemos socialmente, aprender a ser cortés, aun cuando esto puede ser solo una formalidad, como el arte de agradar. El acoger esta más basado en la solidaridad, el respeto por el otro, en la empatía y la buena voluntad. Esto se evidencia en la *primera sesión* cuando:

- Terapeuta: Como te sentiste con lo que dijo tu hermano pregunte _ *Quería saber su sentir, porque había permitido que su hermano unos años un poco mayor que ella la invadiera de esa manera, porque ella le respondía con tanta reverencia.*
- P: Él tiene razón, así son las cosas, yo soy una persona muy insegura.
- T: Cuéntame porque estás aquí, viniste por voluntad propia?
- P: Si Dra., yo vine voluntaria mente, mi familia quiere que yo venga al psicólogo, *“responde con voz entrecortada”*, he tenido muchos problemas en mi casa, yo tenía una relación de noviazgo y mis padres se enteraron, e hicieron que esta relación terminara.
- T: Como te sientes con eso? Veo que esto te causa mucho dolor!

“Muy respetuosamente le hice ver a su hermano que Paloma era una persona mayor de edad que debía tener su propia autonomía, la respalde como ser humano, me interese por el dolor que le causa su perdida, considero esto abrió la puerta para que ella se sintiera acogida”.

Yalom (2002) plantea que *“siempre hay un ocultamiento algo que no se dice por vergüenza o tal vez por el modo que se desea que se consideren las cosas”*. Tal vez eso era lo que quería Paloma que yo considerara que estaba siendo muy oprimida, que se sentía avergonzada de su comportamiento y no podía más que asentir, pero deje pasar de lado esto aunque lo vi, desde la primera sesión, pensé no era el momento para confrontarla, de trabajarlo

en **el aquí y el ahora**, apenas comenzábamos a conocernos, pero para mí era evidente, no me decía todo.

Como menciona Romero (2003) el terapeuta debe tomar iniciativas dirigidas a profundizar y enriquecer la experiencia del interlocutor. Esta debe ser la primera intención y también para esclarecer una mejor comprensión del asunto. Romero (2003), quien afirma que **escuchar** “significa dejar que el otro se exprese colocándonos en una actitud de receptividad cordial, lo que significa también saber omitirse para no interferir en la libre fluencia de la otra persona” (p. 57) (De Castro Correa y García Chacón, 2011).

Lograr hacer vínculo

De Castro Correa y García Chacón (2011), “*La psicoterapia es o debe ser un encuentro genuino entre dos personas*”. Así las cosas **saber crear empatía** implica el acoger al otro; yo fui genuina sin artificios, eso era lo que pretendía, ser su compañera de viaje en este drama que la acongojaba. Tal vez eso era lo que no sentía con Paloma, no la siento genuina, ella llegó a terapia con su hermano, de alguna forma existe la presión de la familia, del miedo reverencial que tiene para con ellos, la presión que ella asista a terapia, de todas formas ella está allí porque quiere, si no quisiera no lo estaría, aun cuando me voy dando cuenta que a Paloma le cuesta autoformarse, ella sabe que tiene un problema, que debe hacer algo, pero no desea comprometerse, no por el momento, yo me siento realmente interesada en trabajar con ella, creo que eso lo ve ella también, se lo he transmitido, he estado atenta a conocerla en sus diferentes contextos, a entenderla y de alguna manera esto la obliga a seguir.

Como menciona May (2000) en su obra el dilema del hombre, “*Puedes no saber nada de la persona, pero puedes suponer que el cómo cualquier otro ser vivo, busca preservar algún centro por tanto hemos de suponer que si está aquí en la silla del consultorio, porque eso es lo que quiere*”.

En la segunda sesión

- Silencio.... pues si no se... es como ganarse la confianza lleva tiempo, yo sé que aja cometí el error de no contarles y pienso que con el tiempo mi papá, dejara ese pensamiento de ser todo drástico y tradicional. Y ahora dice que si puedes tener novio, pero yo no sé si eso sea cierto.
- T: Bueno eso todavía no ha pasado, tendrías que ver qué ocurre cuando le presentes a alguien y como lo encara.
- P: Si es cierto. Silencio.....
- T: No te siento muy confiada en querer abrirte con tus padres, pareces saber lo que tienes que hacer pero no lo haces.

Siempre da la razón a todo. Pero se ve que esconde algo, ella se subordina a los deseos de los otros, considerando que estos no serán apreciados, como cuando paga las cuentas al salir con amigos o el novio, cuando le dice que si a sus padres y familiares a todo, cuando me lleva la idea en el **aquí y el ahora** de nuestros diálogos, pero esta abnegación invita a los otros a menos preciarla, quiero conocer el sentido de su experiencia, de aquello que calla y no se atreve a decirme, tengo la certeza que volverán a pasar las situaciones problemáticas, si ella no enfrenta sus deseos, no logra expresarlos, ella se muestra juzgada y avergonzada, yo no estoy allí para decirle si está bien o mal lo que lo hace, pero si hacerla ver porque lo hace, a liberarse y que ella decida entre lo correcto y lo incorrecto. Paloma lleva consigo una rebeldía interna, ese comportamiento pasivo agresivo, que se evidencia claramente en ella, maneja un patrón de comportamiento de buena chica, con sentimientos inmaduros moralidad, parece estar de acuerdo con los principios morales que le han inculcado en su casa ese es el **contenido** de su dialogo, “*Ellos tiene la razón*” eso es lo que repite. Pero hace otras cosas totalmente diferentes, lo que desea, lo que le nace aun cuando esto no pueda ser bueno para ella.

May, (2000) menciona que *“en la década de 1940, analistas muy competentes y experimentados decían, que aunque el paciente fuera un criminal, eso no era asunto de ellos, su tarea solo consistía en ayudarlo a liberarse para que pudiera hacer mejor lo que quisiera”*.

Obviamente recalca que ese modo de trabajo era una solución inadecuada, el punto aquí es que Paloma está en búsqueda de su libertad, pero debe asumirla con las implicaciones que ella con lleva, con la madurez y responsabilidad que acarrea el manejo adecuado de ella. Creo que podríamos llegar **vincularnos** más profundamente, necesitamos trabajar, tengo ansias de ello, pero ella? Siento que quiere huir, evadir, ese es su “modus operandi”; esta al descubierto y eso no le agrada. *Sentir que confió en mí mismo es hacerme cargo de mis potencialidades*, Paloma no ha logrado confiar en sí misma, por eso le cuesta tanto también confiar en los otros, no logra ver el poder que tiene, y ha decidido abandonar el barco por ahora; confió en que la haya podido movilizar un poco y pueda encontrar su rumbo.

Lo anterior se ve reflejado, cuando muestra su gratitud por lo logrado, pero a la vez evade el continuar.

- P: Me siento más tranquila, estaba como muy llena de cosas, que le quería decir a mi mamá y no me salían, gracias a lo que he hablado contigo he logrado hacerlo, descargarme, sentirla, yo había hablado con ella, pero ahora es diferente y ella me ve diferente, me hace sentir más tranquila, no voy a morirme, el cambio me va a servir, ellos me dicen que no me van recriminar más cosas y que me van ayudar hacer los trámites de la universidad.

*“Aun que logramos hacer **vinculo**, siento que no me volveré a ver con Paloma, ahora parece estar más congruente después de tantos sin sabores, pero me preocupa que ella solo asume las cosas por el momento que cuando todo se calma, vuelve actuar de la misma manera, es importante que ella se vea se reconozca como una persona valiosa por lo que es por ocupar un lugar en el universo, por ser Paloma. Ella se quiere ir, tal vez yo también he sido cantaletera con ella, no dejo de sentir cierta frustración y de pensar a donde ira ahora”...*

El aquí y ahora

A la luz de Yalom (2002), el **aquí y ahora** se refiere a lo que sucede en el momento inmediato de la sesión terapéutica, en la relación misma, entre el terapeuta y el paciente en el ahora y en los minutos que acontece la sesión. Martínez (2011) dice que es apropiado clarificar que el **aquí y el ahora** no es un tiempo presente estático e infinito desvinculado del futuro o del pasado. Y que debemos diferenciarlo del uso coloquial “vive el momento” o disfruta el aquí y el ahora sin importar consecuencias, dejado de lado la responsabilidad, no es dejarse llevar ciegamente por los impulsos, pues implica un divorcio entre la intencionalidad y el sentido de la experiencia presente, con referencia a un proyecto vital.

En la Tercera sesión

- T: Pero parece que tú tienes claro lo que debes hacer para no defraudarlos, y tenerlos tranquilos. *“Veo un tinte de cinismo, como la idea es mantenerlos tranquilos”* Hoy veo una persona segura y que tiene claro lo que quiere. Cuando te vi por primera vez, era una persona totalmente diferente aminorada e insegura que pasa ahí? Como te sientes ahora? Que es lo diferente?
- P: Pienso que soy bastante insegura en algunas cosas, yo sé lo que debo hacer y que no, eso lo tengo claro! Pero si cometí el error es de ocultarle las cosas a mis papás y es inseguridad mía en realidad, pues pienso que estoy como más... pues que no debo estar insegura de las cosas pues ahora veo que con mi mamá si le he podido hablar. Pero pienso que ya estoy más segura y decirles las cosas ellos.
- T: Es como dos personalidades diferentes, la niña tímida, aminorada, de las dos primeras sesiones, donde dejé que su hermano hablara, que su hermano la invadiera y si ese es el reflejo que tú das en tu casa y en otros lugares y así te van a tratar, porque no te ven como una mujer, porque no confían en ti, te menosprecian, no te das el valor, te ven como la niña y tú tienes esa ambigüedad de niña mujer. En contraste con la mujer que veo hoy en este mismo momento mostrándome que tienes la claridad de lo que debes hacer. La libertad conlleva madurez y si tú quieres libertad de salir de ir a discotecas, de escoger tu novio vas a tener que asumirlo con la madurez necesaria y responsabilizarte, será que ya estás preparada para asumir esas responsabilidades?

Cuando el paciente vivencia sus experiencias y las confronta en el momento de la terapia misma allí, se da el **aquí y el ahora**, en la relación dialéctica Yalom (2002).

“La sensación que me producía Paloma, podría ser la misma sensaciones que le producía al resto de las personas, la desconfianza que generaba, el verla con sentimientos de minusvalía, de deseos de orientar, de corregir, como atrapada, buscado una salida a escondidas, eso era lo que ocurría en **el aquí y el ahora** de la mayoría de nuestras sesiones”. Quise hacérselo ver, tal vez no de una forma tan directa, diciéndole estoy sintiendo desconfianza de lo que me dices! O eso es lo que generas tú en las personas!, pero si se los mostré, hablándolo entre nosotras entre lo que yo veía y lo que ella me mostraba, en unas situaciones era una niña frágil y en otras un mujer que al parecer sabía lo que tenía que hacer, lo tenía claro”, pero no lo asumía por rebeldía.

Hubo momentos en que deje pasar el **aquí y el ahora**, de ser receptiva y de llevar a término lo que ella me decía, enfocándome solo en el contenido de nuestro dialogo, la aleje de su experiencia inmediata, me mostraba nuevamente lo que ella sentía la sobre protección y yo hice caso omiso a esto, esto se ve evidenciado en momentos como este:

- T: Entonces cual es el punto de hacer cosas a escondidas, que es lo que te agrada de eso?
- P: Yo no quiero defraudarlos, ella es mi amiga, siempre es la que me ayuda a salir y esas cosas, yo le digo cálmate que alguien me puede traer o tomo un taxi y yo les digo donde voy a estar, pero lo que yo siento es que sobre protección
- T: Con que regularidad vas a las discotecas?

Allí estaba yo sacándola de la experiencia, alejándola de asumir la responsabilidad de sus actos, deje de mostrarle como ella, evadía mis preguntas, así como evadía a sus padres siempre haciéndose la que comprendía.

Llevar al paciente del contenido al proceso

En la primera sesión

- P: Si Dra., yo vine voluntaria mente, mi familia quiere que yo venga al psicólogo, *“responde con voz entrecortada”*, he tenido muchos problemas en mi casa, yo tenía una relación de noviazgo y mis padres se enteraron, e hicieron que esta relación terminara.
- T: Como te sientes con eso? Veo que esto te causa mucho dolor!
- P: Si yo, lo quiero mucho, llevábamos cuatro (4) años, mis padres piensan que él no me puede brindar lo que yo merezco *“Hasta aquí, Paloma me hablaba de alguien con quien tuvo que romper, al parecer por causa de sus padres, también había conocido a su hermano quien la trajo a la cita y la expuso ante mí como una niña desobediente la cual merece ser recriminada”*
- T: Que les haría pensar a ellos eso?
- P: Él es un muchacho.... Que no es de una clase social alta, mis padres piensan que yo debo seguir mis estudios y tener mejores oportunidades.
- T: Eso es lo que piensan tus padres y que piensas tú de esto?
- P: *“Responde con voz solloza”*. Yo a él lo quiero, lo que pasa es que un día me dijo algo en el apartamento y mi prima escucho, se los comento a mis padres, pues ella considera él me estaba maltratando, nosotros vivimos en un apartamento que mis padres me colocaron para estudiar a quien Barranquilla, él va allí obviamente a escondidas pues mis padres no saben de nuestra relación, pero mi prima les conto que él me trataba mal, ellos lo conocen pues él también es de Sincelejo y se molestaron muchísimo, se formó un problema terrible y me pidieron terminar la relación o me devolverían para Sincelejo.

Quiero llevarla a ver el dolor, que siente al romper con este muchacho, como ella asume lo que le dicen sus padres. Apuntar al proceso significa estar atento **saber, escuchar y saber acoger** aquella vivencia del paciente en terapia mientras que habla, para crear empatía, para interrogar al paciente a partir de las necesidades que se empiezan a ver. Paloma me describía su **vivencia**, y con esto pretendía ahondar en su proceso. Le permití ver su dolor y allí empezó a ver que la acogía, permitiéndole vivir su experiencia. No quise hacerle ver que ella engañaba a sus familiares, llevaba cuatro años de una relación a escondidas, no era lógico pensar que si

sus padres se enteraban se molestarían? Pero pensé era mejor esperar a tener más confianza y poder confrontarla.

Estar presente al proceso es estar atento a su necesidad vivencial. *Rogers (2010)*, se refiere a la empatía de la siguiente manera:

“Significa penetrar en el mundo de las percepciones de otra persona y sentirse totalmente a gusto en él. Requiere una sensibilidad constante hacia los cambios que se producen en esa persona con relación a los significados que percibe, al miedo, a la rabia, a la ternura, a la confusión o a lo que en ese momento constituya una vivencia para él o ella, sea la que sea.

A la luz de Martínez (2011) *“Más que trabajar con interpretaciones y confrontaciones teóricas y/o explicativas acerca de lo que le sucede al paciente y a las causas de su comportamiento, se enfatiza en el **proceso** presente que el paciente está vivenciando”*. Así las cosas ese es el **aquí y el ahora** de la terapia.

En la quinta sesión

- P: Pienso que es lo mejor para mi familia, pues piensan que corro un riesgo, porque él me puede seguir insistiendo y que yo soy una persona débil, inmadura que no me puedo defender sola, el tal vez me puede venir a buscar además, él está viviendo en Barranquilla y yo estoy de acuerdo del cambio para hacerlo por transferencia en otra ciudad, así en otra ciudad se me presente algo similar debo conocer primero la persona, yo pienso que hacer este cambio este semestre, pienso en mi familia primero que todo y ellos puedan confiar en mí, yo pueda seguir mi proceso, y madurar y estar más tranquila. Ahora mismo me doy cuenta que J me estaba usando para sacarme plata, yo no sentía un apoyo, no pienso que es una mala persona y que me pueda hacer daño, eso si yo no lo sé, no lo creería, pero si me di cuenta que me utilizo, porque él me decía yo te ayudo a sacar las prendas (joyas) pero me di cuenta que no lo hizo, no fue sincero conmigo, aprendí a ser más chispa, adarme cuenta, a tener málica, él hablaba en Sincelejo de que tenía una novia que le gastaba, le prestaba el carro y eso lo supo mi familia.

- T: Piensas en tu familia en darles gusto, porque te sientes mal con lo que ha pasado y ahora te das cuenta que por darle gusto a tu novio te metiste en líos, como va eso con cambiar de Universidad y de ciudad?
- P: Pienso primero en mi familia en que ellos estén tranquilos y yo ahora pueda hacer las cosas de manera diferente.

De Castro Correa y García Chacón (2011) afirman que *“una persona que no ha obtenido su libertad psicológica, recurrirá a mecanismos evasivos respecto a su propia voluntad y responsabilidad para evitar la sensación de amenaza que proviene del riesgo y compromiso que exigen estas últimas”*. (p.122) Para Paloma es mejor que otros tomen las decisiones por ella, no quiere tener que enfrentarse, se reafirma en querer ser una buena chica para su familia y asume una posición conformista.

Interpretar la vivencia del paciente

En la quinta sesión

- P: Me siento más tranquila, estaba como muy, llena de cosas que le quería decir a mi mamá y no me salían, gracias a lo que he hablado contigo he logrado hacerlo descargarme sentirla, yo había hablado con ella, pero ahora es diferente y ella me ve diferente es me hace sentir más tranquila, no voy a morirme, el cambio me va a servir, ellos me dicen que no me van recriminar más cosas y que me van ayudar hacer los trámites de la universidad.

Paloma ha logrado comunicarse con su madre de manera más abierta, darse cuenta que ella crea cosas que en realidad no están en su madre o sus familiares, ella tiene sus propios prejuicios frente a su familia, por tal razón capta su entorno de una manera, opresiva, ahora se da cuenta que puede hablar con sus padres y estar de acuerdo con ellos. Dice querer cambiar, salir de los continuos problemas que le genera su comportamiento, pero en realidad quiere hacerlo? Ella no está acostumbrada a hacerse cargo de las cosas, prefiere que otros decidan por ella aun cuando no esté de acuerdo con sus decisiones, no se compromete.

Daniele (2011) Afirma que *“la mejor manera de comprender al ser humano, es entrar en su Weltanschauung (visión del mundo) y ser capaz de ver su mundo a través de sus ojos. Este intento de captar el mundo del otro tal cual como él lo vive y lo percibe es el fundamento del planteamiento fenomenológico. No obstante, eso se puede lograr a medida que se prescinda de aquellas representaciones estereotipadas y estandarizadas de las personas y de sus necesidades, que el saber ha sistematizado, pero que no siempre coinciden con la realidad que enfrentamos”*. (p. 192)

Según May, los dos elementos que constituyen el vivir de un modo auténtico son la decisión y el compromiso, por lo tanto le propuse, seguir, ahora de forma consiente su terapia tomar la decisión de asumirla, pero ella posterga, no considero que se avanzara mucho, nunca vi llegar a Paloma decidida y comprometida. “Mi madre decía esas son lágrimas de cocodrilo”, eso es lo que siento con Paloma una falsa cura”. Ella dice comprender, querer trabajar en psicoterapia, buscar ayuda de un profesional en la nueva ciudad donde va a vivir, porque no ahora, porque esperar a mañana, a que se calmen las cosas, a ver sus padres más tranquilos, para luego no asumir, no creo es que ahora este curada, en que se sienta mejor y ahora si quiera hacer lo que antes no hizo.

A la luz de Yalom (2002) *“una repetida cura que emana de una visión ilusoria del poder del terapeuta”*. Es la voluntad de Paloma asumir su responsabilidad, hasta ahora eso no ha llegado, espero haber contribuido en algo a que Paloma se observara.

Hubo o no presencia

Observaba a Paloma en cada instante no solo en lo físico, sino queriendo ver más halla en su sentir, me observaba a mí misma, mi **presencia** intra e interpersonal, pero eran demasiadas cosas para un terapeuta neófito, me daba cuenta de algunas habilidades innatas

en mí, que podía llegar a sentirla, sabía que era suyo ese sentir no mío, su agobio, su vergüenza, me interesaba realmente por querer ayudarle a resolver su problemática.

De acuerdo con Araya y Brito (2016), *Todos, sin distinción (pacientes y terapeutas), estamos expuestos al sufrimiento y a la decepción, mientras que por otro lado compartimos un profundo anhelo de tener mayor bienestar, disfrutando de mayor alegría y paz. En el encuentro terapéutico estos anhelos compartidos aparecen y tanto pacientes como terapeutas nos vemos constantemente tocados por las experiencias de vida del otro*".

En varias de las intervenciones realizadas saque a la paciente de su experiencia inmediata por la ansiedad que me generaba, llegue a confrontarla frente a su comportamiento, no permitiéndole vivenciar que era lo que sentía en ese momento en el **aquí y el ahora**, de mostrarle ese comportamiento, sin embargo hubo algunos momentos en los cuales me permite estar allí sentir y captar a mi compañera hacer **presencia** sentir la suya.

En la tercera sesión

En la tercera sesión Paloma llama, a la secretaria ya en el momento de la cita para informar no podía llegar por un compromiso académico, se le otorgo una nueva cita, para la próxima semana.

"Siento que Paloma, no se quiere hacerse cargo de sus responsabilidades, en las dos primeras sesiones vino acompañada de su familiar y ahora que debe seguir sola en su proceso busca una excusa, como muchas de las que me ha dado justificando sus relaciones y como las ha manejado".

En la siguiente cita Paloma llega relajada un poco tarde, es otra totalmente, llega alegre se ve hermosa esta maquillada de tal forma que no se ve su acné, lleva tacones muy altos, se ve como una mujer, ya no como la niña de las dos primeras citas. Aun que había tenido un día pesado, con mucho trabajo, llegue a mi consulta puntual, pero realmente me siento cansada, al ver que Paloma llega tan radiante, me hace sentir que vamos a tener una buena sesión que ese cambio físico en ella, puede ser la luz de algún cambio interior.

- Terapeuta: Hola Paloma sigue. Te ves muy bien! “*Paloma sonríe se ve segura, toma asiento y cruza las piernas*”.
- T: Te veo radiante cuéntame cómo te ha ido.
- P: Bien Dra., las cosas han estado más calmadas, ya es como más... pues si yo le digo a mi mamá que voy a salir y ya no me controla tanto como antes, he intentado no salir tanto para que ellos no se preocupen.
- T: No les estas dando la preocupación de salir y no tienes novio o sales con alguien más?

Establecer la intencionalidad

Sin tener una intención, los propósitos no tendrían sentido, por tanto el hombre construye su identidad a partir de su intencionalidad. La intencionalidad apunta a un valor que es la ganancia afectiva. Que ganaba Paloma al tener ese “Novio” a escondidas y pagar ella las cuentas al salir.

El acto global de la voluntad está constituido por diversos actos singulares que se corresponden con otros actos intelectivos previos, así las cosas todo acto de conciencia “**tiende hacia algo**” tiene un propósito e intención. Con la voluntad uno sabe cuáles son las intenciones y con el deseo esta la ganancia afectiva. Pero en ocasiones estas dos están en contradicción mi deseo puede ser uno, pero la voluntad es otra.

Como menciona, en su obra amor y voluntad. (May, 2011, p. 200) “*Todo acto de conciencia “tiende hacia algo”, es un volverse de la persona hacia algo, y tiene en sí, aunque sea latente, algún impulso hacia una dirección con miras a la acción..... Por eso, es tan importante el compromiso. Si no “quiero “algo no lo “conoceré” nunca, y si no “conozco” algo, no tendría ningún contenido para mi voluntad....finalmente digo: que si el hombre no está empeñado en hacer su significación, nunca conocerá la realidad*”.

Mi intención es llevarla a ver el valor de sí misma a autodeterminarse, a responsabilizarse de sus actos y asumir sus consecuencias. Lo cual puede ver reflejado en partes de esta sesión:

En la primera sesión:

- P: Imposible, yo no puedo ir a decirle a mis papás que tengo novio, se molestaría muchísimo ellos me enviaron a la Universidad a estudiar no a tener novio, mi mamá, mi abuela y mis hermanos se enteraron y están muy molestos.
- T: Al parecer no confían en ti, tu hermano me mostro no confiar mucho en ti.
- P: Si, no confían en mí, pues yo conocí hace unos meses otro muchacho y ellos se enteraron de esta nueva relación. *“Oh las cosas se tornan un poco raras, pensé no es solo el novio con el cual llevaba cuatro (4) años, existe otra persona”*
- T: Y qué pasa con esta nueva persona.
- P: Pues allí viene otro problema, y es que el me golpeo o bueno eso es lo que piensan mis padres, realmente no fue eso solo me empujo y se los contaron a mis padres, que el usa mi carro y que es drogadicto, bueno muchas cosas.
- T: Si no se lo hubieran contado a tus padres tú no habrías terminado esa relación

En la segunda sesión

- T: Que podrías hacer tu para cambiar eso, le pregunto, _ *“quiero llevarla a ver que en alguna medida que ella es responsable de la desconfianza de su familia y como podría llegar a esa libertad que anhela”*
- P: Con el tiempo ganare la confianza pienso que si yo les demuestro, que eso no fue nada y que voy a cambiar.
- T: Que es lo que no fue nada, Paloma?

Paloma se enfrasca en querer demostrarle a su familia y a los otros que ella puede cambiar, pero, porque sabe que realmente lo que hace no la conduce a nada bueno, le muestro lo que ella dice _ *Que puedes hacer para cambiar eso?*

En la cuarta sesión:

- Paloma: Empecé a decirles a las mismas mentiras a mis papás, con respeto a que... *“la cara de vergüenza de Paloma es impresionante, casi no me mira, sus ojos están dirigidos al piso”* Bueno primero le dije mentiras que se me había perdido un Bose (equipo de sonido), y yo quería comprarlo para que ellos no se dieran cuenta, así que comencé a ahorrar en un chonchito, pero termine gastándome la plata para comprar el Bose, y empeñé unas prendas (Joyas) y con eso lo compre de nuevo, lo que pasaba en ese momento... Es que (titubeo) nuevamente tenía contacto con mi J *“este es el chico con quien salía después de su segunda relación y el que al parecer tenía problemas de drogas, porque nuevamente esta con el que es lo que la motiva a salir con este chico y hacer lo que sea por estar con él”* Y empecé a decirle mentiras porque nuevamente yo me había contactado con él. Y mi mamá se dio cuenta de las prendas (Joyas) y yo le dije que se me habían perdido, pero mi mamá me empezó a preguntar si yo estaba saliendo de nuevo con J, porque también se dio cuenta del Bose y le dije que lo tenía una amiga; también empeñé una mesa de arquitectura, vendí el celular, más la plata que mi mamá me mandaba pues, ella hizo las cuentas de las cuatro semanas y todo lo ya no tenía, y obvio es cuando ella sospecha que algo anda mal que hacía yo con el dinero, que siempre me da y yo le decía me lo gaste y ya! Pero es que cuando yo salgo con él, la que paga las discotecas, las salidas, todo, soy yo, así que tuve que confesarle a mi mamá.
- T: Tú te sentías mal de endeudarte para salir con alguien y gastarte el dinero que te dan. Que pretendes mostrar al estar pagando tu para salir?
- P: Yo no pensé en eso, me la gastaba con él, salía con el... Yo pienso que es verdad lo que me dice mi mamá que no actué bien, que me aleje de todos por estar con él. Yo en ese momento no lo calcule al momento de mentir, tratando de ocultar todo porque sabía estaba haciendo mal. Involucre otras personas y le dije a mi mamá que las prendas me las habían robado de la mesa de noche así, que puse en tela de juicio a la muchacha, No afrontar los cosas como dice mi mamá, para tapar una mentira tengo que decir veinte más y lo hacía por evitar un regaño.

“Mi intención era hacerle ver el conflicto entre sus intenciones y su intencionalidad, pasar de una mentira a otra”

Como lo menciona Yalom (2002) con frecuencia, en la terapia, los pacientes describen engaños que han hecho, como distorsionan u ocultan información en su vida diaria, las grandes orejas de conejo nos permiten aprovechar esas oportunidades para preguntar que mentiras han dicho durante el transcurso de la terapia. Nunca le pregunte directamente que mentiras me había dicho? Pero era evidente para mí como manipulaba la información, las excusas que me daba por sus ausencias y la confrontada que estuvo frente a su madre por no acudir a las citas conmigo. Vino a mi es cita de *Confucio (551 AC-478 AC) Filósofo chino.*” *Si ya sabes lo que tienes que hacer y no lo haces entonces estás peor que antes.*

Como menciona Ferro (2005) captar el modo particular en que el individuo **vivencia**, crea y constituye su propio mundo a partir de su relación con toda su determinación pasada, biológica y ambiental, y a la manera en que decide reafirmarse para defender su centro existencial, o lo que es lo mismo, que valores pretende crear intencionalmente en el presente para buscar darse sentido a sí mismo. “La psicología humanista cree que el individuo es responsable de su vida y de sus acciones, y puede en todo momento cambiar creativamente sus actitudes o su conducta a través de la conciencia y su voluntad”

CONCLUSIONES

*“Soy las heridas que he tenido y los golpes que he recibido.
Soy las decisiones que he tomado y las oportunidades que he pedido.
Soy lo que he aprendido, lo que la vida ha hecho conmigo, y también
Soy lo que he decidido ser. Soy por las cosas que viví y pase.
Ya no soy nada de lo que era en el ayer, porque más que los años,
Soy los daños los que nos ayudan a crecer y aprender”.*

Delia E.

Poetisa loca.

Este estudio de caso se realizó con ánimo de mostrar el movimiento vivencial de un neófito terapeuta en torno a su relación con una joven mujer de 21 años de edad, la cual está en búsqueda de su libertad, sin haberse dado cuenta de su necesidad, así las cosas el propósito fue evidenciar si el terapeuta logro contribuir en algún aspecto a que la joven lograr vivenciarse, Spinoza dice: *“La libertad es el reconocimiento de la necesidad. Las personas elegimos aquello que nos determina, el entendimiento da la orientación a seguir pero la voluntad es la que decide”* May, (2011).

García Fialde (1980) menciona que todo ser humano es libre de tomar sus propias decisiones, pero se puede no estar libre al estar sometido. *“libre es lo que no está sometido a una necesidad interna o externa que el sujeto no puede impedir y que al sujeto lo conduce a hacer algo sin dejarle opción a no hacerlo o a hacer lo contrario; la libertad consiste en que la voluntad “quiere”, es decir porque puedo no “querer” o porque puedo “querer” algo distinto de lo que “quiere””* este dualismo entre el querer es el que se veía reflejado en mi compañera de viaje, como mostrárselo como llevarla a decidir a hacer uso de su voluntad, el poder decidir conscientemente si quiere hacer algo o no y asumir sus consecuencias.

Martínez (2011) menciona que la decisión y la responsabilidad de las propias acciones afirman mi centro de valores haciéndome responsable de las consecuencias de mis actos. A la luz de Yalom (1984) el hombre evade su libertad, al dejarse llevar por una fuerza ajena a él y se deja llevar por el impulso de sus deseos de tal forma que no llega a experimentar su libertad.

Mi intención fue contribuir de manera genuina, autentica a que mi compañera lograra verse, vivenciarse, asumir su libertad de manera sana y constructiva, en algunas ocasiones me centre en el contenido alejándola de su proceso, mi falta de pericia, me llevaba a quedarme en las explicaciones de lo que me decía, aun cuando hubo algunas interacciones muy buenas las cuales la llevaron a captar su experiencia inmediata, de tal forma que se hiciera consiente de su realidad adentrándose en su proceso presente y lo que estaba sintiendo con eso. Considero que aun cuando fueron pocos nuestros encuentros, nuestro trabajo contribuyo a que en alguna medida Paloma quiera hacerle frente a su problemática. Paloma se hizo consiente de su incongruencia entre el querer y el hacer, tuvo que asumir la responsabilidad frente a las decisiones tomadas y hacerles frente.

(May, 2000, p. 169) *La libertad no es licencia ni tampoco sencillamente “hacer lo que uno desea”. En realidad, semejante vida caprichosa o el estado de la digestión es, en algún sentido el opuesto exacto a la expresión del Yo centrado. _ “La libertad, por su propia naturaleza, se puede ubicar solo en el yo actuante como totalidad, en el “yo centrado”.*”

De Castro, A., & García, G. (2011) dice que mientras menos se compromete una persona con sus actos y las decisiones la tendencia es a evadir sus compromisos, esto era lo que sucedía con mi compañera no se comprometía, por eso una y otra vez evadía el enfrentarse a sus compromisos. Los compromisos hacen parte desarrollo personal, quedando a expensas de lo que pueda suceder, del azar, lo que se presente ya no dependerá de él, en ningún grado y solo tendrá que asumirlo.

Por tanto la libertad conlleva un grado de conciencia sobre nuestros actos, determinando nuestros propios limitantes, Paloma logro ver que asume diferentes modos de ser, comenzando a sopesar los limitantes de cada uno. Como dice Yalom, se ha creado un mundo en el que viviese solo por una fuerza irresistible que se siente dentro de sí, pero de forma ajena al yo, como si no tuviera autonomía propia y que la obligara hacer lo que el impulso la manda.

Mi compañera de viaje, aún necesita esclarecerse, centrarse y autodeterminarse, hubo, mucha resistencia de parte de ella, para abrirse y mostrarme con claridad lo que pasaba y su sentir frente a eso. Es la misma resistencia que ha manejado con sus familiares, no mostrándose y generando sus propios prejuicios frente a los otros. Yo no supe cómo manejar esto en varias ocasiones, al final y en vista de que la vida misma la llevo al borde de las presiones, decide mostrarse y tener que hacerle frente a lo que la vida la fue llevando. Aun así considero que nuestros encuentros contribuyeron a propiciar la puerta de entrada para un darse cuenta, respecto a la responsabilidad que tenía en su problemática y que cada vez más se hundía en ella.

Romero (2003) "*Vamos haciendo nuestra vida y la vida nos va haciendo*" dependiendo de nuestro entorno, nuestra vida, social, familiar, nuestros recursos intelectivos y la visión que tenemos de las cosas, forjamos nuestro propio camino o este decide por nosotros.

Este viaje que emprendimos en gran medida contribuyo en mi vida profesional y personal, no solamente yo podía enseñar algo a Paloma, ella era mi compañera y yo también, su aprendiz, me centre en un encuentro humano el cual implicaba mi entrega, explore en mí, los saberes como terapeuta, mi deseo de servir al otro, me llevaron a transformarme, por cuanto considero eso se logró aun cuando no fue tarea fácil, no podía pasar inmune a este encuentro, como terapeuta neófito fue un descubrirme como persona y como profesional, saber que allí

en mí había un ser humano lleno de miedos, frustraciones, prejuicios, temerosa de no poder dar lo suficiente a mi compañera, de ser lo suficientemente buena profesional, entendí que el camino es largo, pero no por eso nada significativo en cada momento, así como para mi compañera cada paso dado es un avance en su crecimiento personal, así era para mí también era el sumarse para hacerme más competente y un mejor ser humano.

“A veces sentimos que lo que hacemos es tan solo una gota en el mar, pero el mar sería menos si le faltara una gota”. Madre Teresa de Calcuta (1910-1997) Misionera de origen albanés naturalizada india”.

BIBLIOGRAFÍA

- Araya, C. & Brito, R. (2016). Lo que nuestros pacientes nos enseñan. *Rev GPU* 12; 1: 24-34.
- Carpintero, H., Mayor, L. & Zalbidea, M. A. (1990). Condiciones del surgimiento y desarrollo de la Psicología Humanista. *Revista de Filosofía*, 3 (3), 71- 82.
- Corbella, S. & Botella, L. (2003). La alianza terapéutica: historia, investigación y evaluación. *Anales de psicología*, 19 (2), 205- 221.
- Corey, G. (1996). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Pacific Grove: Brooks/Cole Pub. Co.
- Daniele, B. (2011) *Afinar la conciencia, educación y búsqueda del sentido a partir de Víctor E. Frankl*. – 1 ed. Buenos Aires: San Pablo, p 192.
- De Castro, A. (1999). Salud, Enfermedad y Psicoterapia en la Psicología de Rollo May. *Psicología desde el Caribe*. Universidad del Norte. No. 4: 63-81.
- De Castro, A. (2001). “Quién” en la psicología y la psicopatología. *Psicología desde el Caribe*, (6), 1- 19.
- De Castro, A. (2005). Comprensión cualitativa de la experiencia de ansiedad. *Suma psicológica*, 12 (1), 61- 76.
- De Castro, A., & García, G. (2011). *Psicología Clínica: Fundamentos existenciales*. Editorial Universidad del Norte.
- De Castro, A., García, G. & Eljagh, S. (2012). Proceso experiencial: Comprendiendo al ser humano en primera persona. *Psicología desde el Caribe*, 29 (2), 385- 420.
- De Castro Correa, Alberto; García Chacón, Guillermo; (2013) *Fundamentos existenciales* 2 edición.
- De Castro, A. (2014). *Proceso Experiencial en Psicoterapia Existencial. Relación Terapéutica: Enfoque Fenomenológico-existencial*. En: Perú ISBN: 978-612-4050-68-8 ed: Fondo editorial Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

- Feixas, G. y Miro, T. (1993). *Aproximaciones a la psicoterapia*. Barcelona: Paidós.
- García, Juan José. (1980). Nuevos estudios sobre trastornos psíquicos, Universidad pontificia de salamanca.
- Martínez, E. (2012). El dialogo Socrático en la psicoterapia. Ediciones SAPS, P. 13
- Martínez, E. (2011). Las psicoterapias existenciales. Editorial El Manual moderno.
- May, R. (1963). Bases Existenciales de la Psicoterapia. Rollo May (Ed). Psicología existencial. Buenos Aires: Paidós.
- May, R. (1977). Existencia: Una Nueva Dimensión en Psiquiatría y Psicología. Madrid: Gredos, p. 105.
- May, R. (2000). El Dilema del Hombre. México: Gedisa.
- May, R. (2011). *Amor y voluntad, 3ra Edición*. Barcelona: Editorial Gedisa, S.A.
- Méndez López, M. (2014). Carl Rogers y Martin Buber: las actitudes del terapeuta centrado en la persona y la relación “yo-tú” en psicoterapia. *Apuntes de Psicología*, 32 (2), 171- 180.
- Rojas, E. (2001) ¿Quién Eres? De la personalidad a la Autoestima. Madrid: Ediciones Planeta, p. 144
- Rojas, E. (2010). La conquista de la Voluntad Madrid: Ediciones Planeta
- Rogers, C. (1961). El Proceso de Convertirse en Persona. *Mi Técnica Terapéutica*. Buenos Aires: Paidós.
- Rogers, C. k (1975). Libertad y Creatividad en la Educación. Buenos Aires: Paidós.
- Romero, E. (2003). Neogénesis: El Desarrollo Personal Mediante la Psicoterapia. Santiago, Chile: Nort- Sur.
- Romero, E. (2003). *Las Dimensiones de La Vida Humana: Existencia y Experiencia*. Peñaflor: Ediciones Norte- Sur.

Schneider, K., Krug, O. (2010). Existential-humanistic therapy. Washington, D.C: American Psychological association.

Signorelli, S. (2010) Abriendo horizontes, *Revista latinoamericana de psicología existencial*, P. 2

Yalom, I. (1984). Psicoterapia Existencial. Barcelona: Ed. Herder.

Yalom, I. (1998). El verdugo del amor. Ed Emecé.

Yalom, I. (2002). El Don de la Teràpia. Barcelona: Emecé.

Yalom, I. (2010). Psicoterapia Existencial, 2da Edición. España: Herder Editorial, S. L.

Anexos

CONSENTIMIENTO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE CASO SOBRE

El emocionante drama de dos personas que se involucran en terapia, un terapeuta neófito y una joven de 21 años en búsqueda de su libertad

Nombre de la psicóloga (o): **Carmen Julia Machado Camargo**

Señor(a) **Paola Bustos Montoya** le estamos invitando a participar en un estudio de caso perteneciente a la Especialización (o Maestría) en Psicología Clínica de la Universidad del Norte de Barranquilla.

Primero, nosotros queremos que usted conozca que:

- La autorización para utilizar en este estudio de caso el material o contenido desarrollado durante las sesiones es absolutamente voluntaria.
- Esto quiere decir que si usted lo desea puede negarse a autorizar utilizar el contenido de nuestras sesiones con fines académicos en la elaboración de un estudio de caso sin tener que dar explicaciones.
- Los temas abordados que serán analizados en este estudio de caso y sus datos personales se mantendrán en absoluta reserva.
- Usted no recibirá beneficio económico alguno del estudio actual. Los estudios de caso como este sólo producen conocimientos que pueden ser aplicados en el campo de la psicoterapia más adelante.

Procedimientos

En el estudio de caso, en el cual usted participará, se analizarán los contenidos dialogados durante las distintas entrevistas que le fueron o serán realizadas. Sé que de la forma más auténtica y sincera posible usted hable sobre su experiencia en particular.

La información obtenida en las entrevistas será sometida a un proceso de análisis en el que lo importante es poder llegar a comprender.... *(El estudio de caso que tiene lugar se realiza el análisis del trabajo terapéutico, en torno a la dinámica de la relación entablada por un neófito terapeuta y una joven mujer de veintiún (21) años, en sus cinco (5) primeros encuentros)*

Los resultados serán publicados (manteniendo total reserva sobre los datos personales) y entregados a la Universidad del Norte como requisito para el grado de la Maestría en Psicología. Usted recibirá retroalimentación sobre lo encontrado en el caso antes de ser socializados.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Después de haber leído comprensivamente toda la información contenida en este documento en relación con el estudio de caso sobre *(el análisis del trabajo terapéutico, en torno a la dinámica de la relación)* y de haber recibido del señor(a) Carmen Julia Machado

utilizar la información codificada en este caso en un artículo científico, en el cual se manejará con total confidencialidad y reserva todos mis datos de contacto.

En constancia, firmo este documento de consentimiento informado, en presencia del señor _____ y el testigo (si lo hay, lo cual se sugiere), en la ciudad de _____ el día _____ del mes de _____ del año _____.

Nombre, firma y documento de identidad:

Nombre: Paola Buzas Montoya Firma: Paola Buzas M
Cédula de ciudadanía: 1102869973 de Sincedejo.

Nombre, firma y documento de identidad de la psicóloga(o):

Nombre: _____ Firma: _____
Cédula de ciudadanía: _____ de _____
Teléfono: _____, Correo electrónico: _____

Nombre, firma y documento de identidad del Tutor del caso:

Nombre: Mara C. Montoya Castillo Firma: Mara C. Montoya
Cédula de ciudadanía: 25.911.875 de Chiriquí
Teléfono: 310 6381581, Correo electrónico: maracmc25@gmail.com

PROPÓSITO VITAL¹ (PIL)

Instrucciones:

Por favor, rodee con un círculo el número que más se aproxime a la afirmación que considere mejor describa su caso o con la cual más se identifique. En lo posible evite las respuestas neutras (4) y evalúe entre los dos extremos.

1. Generalmente me encuentro:

1	2	3	4	5	6	7
Completamente Aburrido			(Neutral)			Totalmente Entusiasmado

2. La vida me parece:

1	2	3	4	5	6	7
Completamente Rutinaria			(Neutral)			siempre Emocionante

3. En la vida tengo:

1	2	3	4	5	6	7
Ninguna meta o anhelo			(Neutral)			Muchas metas y anhelos definidos

Muchas metas y anhelos definidos?

4. Mi existencia personal es:

1	2	3	4	5	6	7
Sin sentido Ni propósitos			(Neutral)			Llena de sentidos y propósitos

5. Cada día es:

1	2	3	4	5	6	7
Exactamente Igual			(Neutral)			Siempre nuevo y diferente

Siempre nuevo y diferente?

6. Si pudiera elegir:

1	2	3	4	5	6	7
Nunca Habría nacido			(Neutral)			Tendría otras nueve vidas iguales a esta

¹ La escala Propósito Vital ha sido tomada de la parte A de la Prueba de Propósito Vital (PIL) de James Crumbaugh, Institute of Logotherapy de Saratoga.

Handwritten signature

Después de retirarme (Jubilarme):

1	2	3	4	5	6	7
Holgazanearía el resto de mi vida			(Neutral)			Haría las cosas emocionantes que siempre desee realizar

8. En el logro de mis metas vitales:

1	2	3	4	5	6	7
No he conseguido Ningún progreso			(Neutral)			He llegado a mi Realización completa

9. Mi vida es:

1	2	3	4	5	6	7
Vacia y llena De desesperación			(Neutral)			Un conjunto de cosas buenas y emocionantes

10. Si muriera hoy, me parecería que mi vida ha sido:

1	2	3	4	5	6	7
Una completa Basura			(Neutral)			Muy valiosa

11. Al pensar en mi propia vida:

1	2	3	4	5	6	7
Me pregunto a menudo La razón por la que existo			(Neutral)			Siempre encuentro razones para vivir

12. Tal y como yo lo veo en relación con mi vida, el mundo:

1	2	3	4	5	6	7
Me confunde Por completo			(Neutral)			Se adapta significativamente a mi vida

13. Me considero:

1	2	3	4	5	6	7
Una persona Irresponsable			(Neutral)			Una persona muy responsable

14. Con respecto a la libertad de que dispone para hacer sus propias elecciones, creo que el hombre es:

1	2	3	4	5	6	7
Completamente Esclavo de las limitaciones De la herencia y el ambiente			(Neutral)			A pesar de... Absolutamente libre de hacer todas sus elecciones vitales

15. Con respecto a la muerte, estoy:

1	2	3	4	5	6	7
Falto de preparación y atemorizado			(Neutral)	Preparado y sin temor		

16. Con respecto al suicidio:

1	2	3	4	5	6	7
Lo he considerado Seramente como una Salida a mi situación			(Neutral)	Nunca le he dedicado un segundo pensamiento		

17. Considero que mi capacidad para encontrar un significado, un propósito o una misión en la vida es:

1	2	3	4	5	6	7
Prácticamente Nula			(Neutral)	Muy grande		

18. Mi vida esta:

1	2	3	4	5	6	7
Fuera de mis Manos y controlada Por factores externos			(Neutral)	En mis manos y bajo mi control		

19. El enfrentarme a mis tareas cotidianas constituye:

1	2	3	4	5	6	7
Una experiencia Dolorosa y aburrida			(Neutral)	Una fuente de placer y satisfacción		

20. He descubierto:

1	2	3	4	5	6	7
Ninguna misión O propósito en la Vida			(Neutral)	Metas claras y un propósito satisfactorio para mi vida		